

**UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA
FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIAS DE LA
COMUNICACIÓN Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE HUMANIDADES**



**CALIDAD DE VIDA Y BIENESTAR EMOCIONAL EN
ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
PÚBLICA MILITAR CORONEL GREGORIO ALBARRACÍN
LANCHIPA, TACNA 2024**

Tesis Presentada por:

Bach. Laura Quispe, Alex José

Para Optar el Título Profesional de:

Licenciado en Psicología

TACNA – PERÚ

2025

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo, Alex José Laura Quispe, bachiller de la Escuela Profesional de Humanidades adscrita a la Facultad de Educación, Ciencias de la Comunicación y Humanidades de la Universidad Privada de Tacna, identificado con DNI 72651611, soy autor de la tesis titulada: "CALIDAD DE VIDA Y BIENESTAR EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA MILITAR CORONEL GREGORIO ALBARRACÍN LANCHIPA, TACNA 2024", asesorado por el Dr. Alex Alfredo Valenzuela Romero.

DECLARO BAJO JURAMENTO

Ser el único autor del texto entregado para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología.

Así mismo, declaro no haber transgredido ninguna norma universitaria con respecto al plagio ni a las leyes establecidas que protegen la propiedad intelectual.

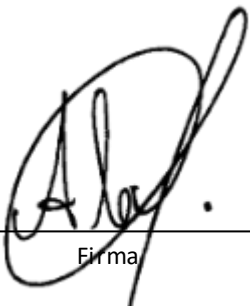
Declaro que, después de la revisión de la tesis con la herramienta tecnológica Turnitin se declara 20% de similitud, además que el archivo entregado en formato PDF corresponde exactamente al texto digital que presento junto al mismo.

Por último, declaro que para la recopilación de datos se ha solicitado la autorización respectiva según corresponda, evidenciándose que la información presentada es real con pleno respeto de los derechos de autor, y soy conocedor de las sanciones penales en caso de infringir las leyes del plagio y de falsa declaración, y que firmo la presente con pleno uso de mis facultades y asumiendo todas las responsabilidades de ella derivadas.

Por lo expuesto, mediante la presente, asumo frente a LA UNIVERSIDAD cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido de la tesis. En consecuencia, me hago responsable frente a LA UNIVERSIDAD y a terceros, de cualquier daño que pudiera ocasionar por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar como causa del trabajo presentado; asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello, en favor de terceros, con motivos de acciones, recriminaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encuentres causa en el contenido de la tesis.

De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Privada de Tacna.

Tacna, 03 de julio de 2025


Firma

Nombres y Apellidos: Alex José Laura Quispe
DNI:72651611



Huella Digital

Agradecimientos

A la Universidad Privada de Tacna y la Carrera Profesional de Psicología por ofrecerme un entorno académico enriquecedor, con docentes comprometidos con la excelencia académica y una infraestructura que facilitó mi desarrollo intelectual y profesional.

A mi asesor, Dr. Alex Alfredo Valenzuela Romero, por su orientación invaluable, su paciencia y su apoyo constante durante todo el proceso del presente trabajo de investigación.

A mi alma mater, Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa por brindarme la oportunidad de ejecutar la presente tesis y por ofrecerme una formación sólida que ha sido fundamental en mi crecimiento académico y personal.

Asimismo, expresar mi más profundo agradecimiento a mis familiares, amigos y todas las personas que me han brindado su apoyo incondicional y aliento constante a lo largo de este proceso de crecimiento y formación académica.

Dedicatoria

A Dios Todo Poderoso, quien ha sido mi guía y fortaleza en cada paso de este camino, este trabajo de investigación es el reflejo de tu infinita sabiduría y amor, y me enorgullece dedicarte este esfuerzo y dedicación, tu presencia ha sido el faro que me ha orientado a lo largo de este viaje.

A mis queridos padres, Jose y Regina, y a mi hermano Tony, por su amor inquebrantable, su apoyo constante y su fe en mí, este logro es tan suyo como mío.

Título

Calidad de Vida y Bienestar Emocional en Estudiantes de la Institución Educativa
Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

Autor

Bach. Laura Quispe, Alex José.

Asesor

Dr. Valenzuela Romero, Alex Alfredo.

Línea de Investigación

Persona, Sociedad y Salud Mental.

Sub Línea de Investigación

Bienestar Psicológico y Sistemas Relacionales.

Índice de Contenido

Índice de Contenido	v
Índice de Tablas	x
Índice de Figuras	xii
Resumen	xiii
Abstract	xiv
Introducción	1
Capítulo I El Problema	4
1.1. Determinación del Problema	4
1.2. Formulación del Problema	8
1.2.1. Problema General	8
1.2.2. Problemas Específicos	8
1.3. Justificación de la Investigación	9
1.4. Objetivos	10
1.4.1. Objetivo General	10
1.4.2. Objetivos Específicos	10
1.5. Antecedentes del Estudio	11
1.5.1. Antecedentes Internacionales	11
1.5.2. Antecedentes Nacionales	13
1.5.3. Antecedentes Locales	15
1.6. Definiciones Básicas	17
1.6.1. Amigos, Vecindario, Comunidad, Vida Familiar y Extensa	17
1.6.2. Apoyo del Grupo Social	17
1.6.3. Apoyo Social	17
1.6.4. Bienestar Emocional	17
1.6.5. Bienestar Vinculado a Expectativas y Logros	18
1.6.6. Calidad de Vida Escolar	18
1.6.7. Confianza para Afrontar Dificultades	18
1.6.8. Educación y Ocio	18
1.6.9. Economía	18

1.6.10. Hogar	19
1.6.11. Medios de Comunicación	19
1.6.12. Relaciones con el Grupo Primario	19
1.6.13. Salud	19
1.6.14. Trascendencia	19
Capítulo II Fundamento Teórico Científico de la Variable Calidad de Vida	20
2.1. Definición de Calidad de Vida	20
2.2. Importancia de la Calidad de Vida Escolar	22
2.3. Características de la Calidad de Vida Escolar	22
2.3.1. Emociones Positivas	23
2.3.2. Compromiso	24
2.3.3. Relaciones	25
2.3.4. Sentido	26
2.3.5. Logro	27
2.4. Modelos Teóricos de la Calidad de Vida	28
2.4.1. Teoría de Engels	28
2.4.2. Teoría de Torsheim y Wold	29
2.4.3. Teoría de Roeser, Eccles y Sameroff	30
2.4.4. Teoría de Hascher	31
2.4.5. Teoría de De Fraine, Van Landeghem, Van Damme y Onghena	33
2.5. Dimensiones de la Calidad de Vida	34
2.5.1. Dimensión 01. Hogar	34
2.5.2. Dimensión 02. Medios de Comunicación	35
2.5.3. Dimensión 03. Educación y Ocio	37
2.5.4. Dimensión 04. Amigos, Vecindario, Comunidad, Vida Familiar y Extensa	38
2.5.5. Dimensión 05. Economía	39
2.5.6. Dimensión 06. Salud	41
Capítulo III Fundamento Teórico Científico de la Variable Bienestar Emocional	43
3.1. Definiciones de Bienestar Emocional	43
3.2. Importancia del Bienestar Emocional	45
3.3. Características del Bienestar Emocional	46

3.4.	Teorías Referentes al Bienestar Social	48
3.4.1.	Teoría Hedonista	48
3.4.2.	Teoría de la Satisfacción de los Deseos	49
3.4.3.	Teoría de una Buena Vida	51
3.4.4.	Teoría de la Comparación Social	52
3.4.5.	Teoría de la Subjetividad	53
3.4.6.	Teoría de la Observación de la Propia Vida y de la Propia Realidad	54
3.4.7.	Teoría de la Actividad	56
3.5.	Dimensiones del Bienestar Emocional	58
3.5.1.	Dimensión 01. Bienestar Vinculado a Expectativas y Logros	58
3.5.2.	Dimensión 02. Confianza para Afrontar Dificultades	59
3.5.3.	Dimensión 03. Trascendencia	61
3.5.4.	Dimensión 04. Apoyo del Grupo Familiar	62
3.5.5.	Dimensión 05. Apoyo Social	64
3.5.6.	Dimensión 06. Relaciones con el Grupo Primario	65
	Capítulo IV Metodología	68
4.1.	Enunciado de las Hipótesis	68
4.1.1.	Hipótesis General	68
4.1.2.	Hipótesis Específicas	68
4.2.	Operacionalización de Variables y Escalas de Medición	69
4.2.1.	Variable 1	69
4.2.2.	Variable 2	71
4.3.	Tipo y Diseño de Investigación	72
4.3.1.	Tipo	72
4.3.2.	Diseño	72
4.4.	Ámbito y Tiempo Social de la Investigación	73
4.4.1.	Ámbito de la Investigación	73
4.4.2.	Tiempo Social de la Investigación	75
4.5.	Unidad de Estudio, Población y Muestra	76
4.5.1.	Unidad de Estudio	76
4.5.2.	Población	76

4.5.3. Muestra	76
4.6. Procedimientos, Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	76
4.6.1. Procedimientos	76
4.6.2. Técnicas	77
4.6.3. Instrumentos de Recolección de Datos	77
Capítulo V Los Resultados	79
5.1. El Trabajo de Campo	79
5.1.1. Acciones de Preparación	79
5.1.2. Acciones de Coordinación	80
5.1.3. Acciones de Aplicación	80
5.2. Diseño de Presentación de los Resultados	80
5.3. Los Resultados	81
5.3.1. Variable 1: Calidad de Vida	81
5.3.2. Variable 2: Bienestar Emocional	91
5.4. Comprobación de las Hipótesis	101
5.4.1. Prueba de Distribución de Normalidad	102
5.4.2. Prueba de Hipótesis General	103
5.4.3. Prueba de Hipótesis Específicas	104
5.4.3.1. Prueba de Hipótesis Específica 1	104
5.4.3.2. Prueba de Hipótesis Específica 2	105
5.4.3.3. Prueba de Hipótesis Específica 3	106
5.4.3.4. Prueba de Hipótesis Específica 4	107
5.4.3.5. Prueba de Hipótesis Específica 5	108
5.4.3.6. Prueba de Hipótesis Específica 6	109
5.5. Discusión	110
Capítulo VI Conclusiones y Sugerencias	117
6.1. Conclusiones	117
6.2. Sugerencias	120
Referencias	123
Anexos	128
Anexo 1. Matriz de Consistencia	129

Anexo 2. Carta de Presentación	131
Anexo 3. Constancia de Aplicación de Instrumentos	132
Anexo 4. Formato de Consentimiento Informado	133
Anexo 5. Validación por Juicio de Expertos	134
Anexo 5.1. Fichas de Juicio de Experto N° 01	134
Anexo 5.2. Fichas de Juicio de Experto N° 02	138
Anexo 5.3. Fichas de Juicio de Experto N° 03	142
Anexo 6. Base de Datos de Aplicación de Instrumentos	146
Anexo 7. Evidencia Fotográfica de Aplicación de Instrumentos	158

Índice de Tablas

Tabla 01. Operacionalización de la Variable Calidad de Vida	70
Tabla 02. Operacionalización de la Variable Bienestar Emocional	71
Tabla 03. Resultado General Para la Variable Calidad de vida	81
Tabla 04. Resultados Específicos Para la Dimensión: Hogar Según Indicadores	82
Tabla 05. Resultados Específicos Para la Dimensión: Medios de Comunicación Según Indicadores	83
Tabla 06. Resultados Específicos Para la Dimensión: Educación y Ocio Según Indicadores	85
Tabla 07. Resultados Específicos Para la Dimensión: Amigos, Vecindario, Comunidad, Vida Familiar y Extensa Según Indicadores	86
Tabla 08. Resultados Específicos Para la Dimensión: Economía Según Indicadores	88
Tabla 09. Resultados Específicos Para la Dimensión: Salud Según Indicadores	89
Tabla 10. Resultado General Para la Variable Bienestar Emocional	91
Tabla 11. Resultados Específicos Para la Dimensión: Correspondencia Entre Expectativas y Logros Según Indicadores	92
Tabla 12. Resultados Específicos Para la Dimensión: Confianza Para Afrontar Dificultades Según Indicadores	94
Tabla 13. Resultados Específicos Para la Dimensión: Trascendencia Según Indicadores	95
Tabla 14. Resultados Específicos Para la Dimensión: Apoyo del Grupo Familiar Según Indicadores	97
Tabla 15. Resultados Específicos Para la Dimensión: Apoyo Social Según Indicadores	98
Tabla 16. Resultados Específicos Para la Dimensión: Relaciones con el Grupo Primario Según Indicadores	100

Tabla 17.	Prueba de Normalidad de Kolmogorov-Smirnov	102
Tabla 18.	Interpretación del Coeficiente de Correlación de Spearman	103
Tabla 19.	Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis General	104
Tabla 20.	Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 1	105
Tabla 21.	Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 2	106
Tabla 22.	Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 3	107
Tabla 23.	Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 4	108
Tabla 24.	Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 5	109
Tabla 25.	Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 6	110

Índice de Figuras

Figura 01. Esquema del Diseño de Investigación	73
Figura 02. Resultado General Para la Variable Calidad de Vida	81
Figura 03. Resultados Específicos Para la Dimensión: Hogar Según Indicadores	82
Figura 04. Resultados Específicos Para la Dimensión: Medios de Comunicación Según Indicadores	84
Figura 05. Resultados Específicos Para la Dimensión: Educación y Ocio Según Indicadores	85
Figura 06. Resultados Específicos Para la Dimensión: Amigos, Vecindario, Comunidad, Vida Familiar y Extensa Según Indicadores	87
Figura 07. Resultados Específicos Para la Dimensión: Economía Según Indicadores	88
Figura 08. Resultados Específicos Para la Dimensión: Salud Según Indicadores	90
Figura 09. Resultado General Para la Variable Bienestar Emocional	91
Figura 10. Resultados Específicos Para la Dimensión: Correspondencia Entre Expectativas y Logros Según Indicadores	92
Figura 11. Resultados Específicos Para la Dimensión: Confianza Para Afrontar Dificultades Según Indicadores	94
Figura 12. Resultados Específicos Para la Dimensión: Trascendencia Según Indicadores	96
Figura 13. Resultados Específicos Para la Dimensión: Apoyo del Grupo Familiar Según Indicadores	97
Figura 14. Resultados Específicos Para la Dimensión: Apoyo Social Según Indicadores	99
Figura 15. Resultados Específicos Para la Dimensión: Relaciones con el Grupo Primario Según Indicadores	100

Resumen

La investigación, tuvo como objetivo determinar la relación entre la calidad de vida y el bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, para lo cual se consideró, a nivel metodológico, una investigación de tipo básica, con un diseño no experimental – transversal, y de nivel correlacional, siendo la técnica de recolección de datos empleada la encuesta e instrumento el cuestionario, procesados en IBM SPSS 24, y dirigido a una población de 155 estudiantes, realizando un muestreo censal. En función de los hallazgos, la investigación permitió determinar que la calidad de vida se relaciona de forma significativa con el bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, lo que se estableció de acuerdo al valor de significancia menor de 0.05, conforme a la prueba de Rho-Spearman, que arrojó un coeficiente de correlación de 0.603. Esto explica que la calidad de vida se relaciona significativamente de forma positiva y moderada ($p\text{-valor}>0.05$ y $r=0.603$) con el bienestar emocional, habiendo demostrado también que sus dimensiones Correspondencia entre expectativas y logros ($p\text{-valor}>0.05$ y $r=0.465$), confianza para afrontar dificultades ($p\text{-valor}>0.05$ y $r=0.603$), trascendencia ($p\text{-valor}>0.05$ y $r=0.403$), apoyo del grupo familiar ($p\text{-valor}>0.05$ y $r=0.456$), apoyo social ($p\text{-valor}>0.05$ y $r=0.416$), y relaciones con el grupo primario ($p\text{-valor}>0.05$ y $r=0.333$) presentaron una correlación significativa positiva y moderada respecto a la calidad de vida.

Palabras clave: Apoyo familiar, apoyo social, bienestar emocional, calidad de vida, educación y ocio, expectativas y logros, y medios de comunicación.

Abstract

The research aimed to determine the relationship between quality of life and emotional well-being in students of the Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa Public Military Educational Institution, Tacna 2024, for which it was considered, at a methodological level, a basic type of research, with a non-experimental - cross-sectional design, and at a correlational level, the data collection technique used being the survey and instrument the questionnaire, processed in IBM SPSS 24, and directed to a population of 155 students, carrying out a census sampling. Based on the findings, the research made it possible to determine that the quality of life is significantly related to emotional well-being in students of the Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa Public Military Educational Institution, Tacna 2024, which was established according to the significance value of less than 0.05, according to the Rho-Spearman test, which yielded a correlation coefficient of 0.603. This explains that quality of life is significantly and moderately positively related ($p\text{-value}>0.05$ and $r=0.603$) with emotional well-being, having also demonstrated that its dimensions Correspondence between expectations and achievements ($p\text{-value}>0.05$ and $r=0.465$), confidence to face difficulties ($p\text{-value}>0.05$ and $r=0.603$), transcendence ($p\text{-value}>0.05$ and $r=0.403$), support from the family group ($p\text{-value}>0.05$ and $r=0.456$), social support ($p\text{-value}>0.05$ and $r=0.416$), and relationships with the primary group ($p\text{-value}>0.05$ and $r=0.333$) presented a significant positive and moderate correlation with respect to quality of life.

Keywords: Education and leisure, emotional well-being, expectations and achievements, family support, media, quality of life, social support.

Introducción

El bienestar y la calidad de vida de los estudiantes son elementos esenciales que se asocian significativamente con el rendimiento académico y desarrollo integral. Investigaciones indican que un alto bienestar y una buena calidad de vida mejoran la motivación, resiliencia y habilidades sociales, creando un entorno educativo más efectivo y enriquecedor.

Ruggeri et al. (2020) definen la calidad de vida como un constructo multidimensional que abarca las condiciones generales de vida de un individuo y su percepción subjetiva del bienestar en diversas áreas, como la salud física, bienestar psicológico, relaciones personales y educación.

Estudios internacionales han explorado la relación entre bienestar y calidad de vida en el ámbito académico. Por ejemplo, Duvnjak (2020) encontró que, aunque los estudiantes muestran altos niveles de satisfacción general, existen áreas específicas que necesitan atención para mejorar su bienestar general. Esto indica que la calidad de vida de los estudiantes debe ser examinada a través de diversas facetas de su bienestar y satisfacción. En India, Asadi (2017) destacó que el bienestar psicológico y la salud familiar están correlacionados significativamente con la calidad de vida de los estudiantes, indicando la importancia de factores internos y externos en su bienestar general. Singh et al. (2021) subraya que los problemas de salud mental como la depresión, ansiedad y estrés impactan negativamente en la calidad de vida de los estudiantes, resaltando una preocupación crítica dada la prevalencia de estos problemas en las poblaciones estudiantiles.

En nuestro país, el bienestar emocional de los estudiantes enfrenta desafíos importantes. La Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2023) revela que cerca del 30% de los jóvenes entre 15 y 29 años ha enfrentado problemas de salud mental, afectando desproporcionadamente a las mujeres. Agravando esta situación, solo un poco más del 2% de las instituciones educativas públicas cuentan con psicólogos disponibles para apoyar a los estudiantes.

A nivel local, un estudio de Piguaycho (2021) encontró que la mayoría de los estudiantes en la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa se encuentra en un nivel medio de salud mental positiva, indicando una falta de bienestar óptimo y resiliencia emocional limitada. Solo un pequeño porcentaje alcanzó un nivel alto de salud mental positiva, mostrando que las condiciones ideales son excepcionalmente raras.

En la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, la calidad de vida y el bienestar emocional de los estudiantes de secundaria son preocupaciones crecientes. Muchos estudiantes presentan problemas emocionales influenciados por factores económicos y la falta de recursos adecuados en sus hogares. Además, el bullying y la falta de apoyo emocional en la Institución contribuyen a un entorno escolar hostil que afecta la autoestima y salud mental de los estudiantes.

Para abordar estos problemas, es esencial comprender las dinámicas específicas que afectan a estos estudiantes. Solo a través de un diagnóstico detallado y una respuesta coordinada que involucre a las autoridades educativas, familias y comunidad, se podrá mejorar la calidad de vida y el bienestar emocional de estos jóvenes, garantizando así un futuro más prometedor para ellos y la sociedad tacña en general.

El presente trabajo de investigación está estructurado en cinco capítulos, que se describen a continuación:

En el Capítulo I, se presenta el problema, que incluye el planteamiento y la formulación del mismo a través de una pregunta general y seis preguntas específicas. Además, se expone la justificación de la investigación y se definen los objetivos, que comprenden uno general y seis específicos. También se abordan los antecedentes del estudio, organizados desde contextos internacionales y nacionales hasta locales. Finalmente, se proporcionan las definiciones básicas de las variables y sus dimensiones.

En el Capítulo II, se presenta el fundamento teórico científico relacionado con la variable calidad de vida. Esta sección incluye una descripción del marco

teórico, abarcando definiciones, la relevancia de la variable, sus características, modelos teóricos y aspectos teóricos de cada una de sus dimensiones.

En el Capítulo III, se presenta el fundamento teórico científico de la variable bienestar emocional. En esta sección, se describe el marco teórico de la variable, que incluye definiciones, su relevancia, características, modelos teóricos y aspectos teóricos de cada una de sus dimensiones.

En el Capítulo IV, se presenta la metodología, que incluye los enunciados de la hipótesis, tanto la general como las específicas, así como la operacionalización de las variables, con sus respectivas categorías y escalas de medición. Además, se describe el tipo y diseño de la investigación, el ámbito y tiempo social del estudio, la unidad de estudio, la población, la muestra y, por último, se detallan los procedimientos, técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de datos.

En el Capítulo V, se presentan los resultados, que comprenden el trabajo de campo dividido en acciones de preparación, coordinación y aplicación. Luego, se describe el diseño de presentación de resultados, que incluye tablas y figuras descriptivas, además de la comprobación de la hipótesis general y las específicas. Finalmente, se ofrece la discusión.

Por último, en el capítulo VI, se presentan las conclusiones y sugerencias correspondientes a este trabajo de investigación. Además, se incluyen las referencias consultadas y los anexos relevantes.

Capítulo I

El Problema

1.1. Determinación del Problema

El bienestar y la calidad de vida de los estudiantes se han convertido en focos importantes de estudio, reconociendo que estos factores no solo influyen en el rendimiento académico, sino que también son esenciales para el desarrollo integral de los jóvenes. Las investigaciones precisan que un alto bienestar y una buena calidad de vida contribuyen a mejorar la motivación, la resiliencia y las habilidades sociales, facilitando un entorno educativo más efectivo y enriquecedor.

Ruggeri et al. (2020) definen la calidad de vida como un constructo multidimensional que indica las condiciones generales de vida de un individuo y su percepción subjetiva del bienestar en varias áreas de la vida, incluida la salud física, el bienestar psicológico, las relaciones personales, educación, entre otros. Asimismo, el bienestar emocional es un componente de la salud mental, enfatizando la importancia de experimentar emociones positivas y una satisfacción general con la vida.

A nivel internacional, se evidencian estudios que han tratado de explicar la relación entre ambas concepciones en el ámbito académico. Por ejemplo, la investigación de Duvnjak (2020) sobre la satisfacción con la vida de los estudiantes universitarios entre 19 a 21 años reveló que, a pesar de altos niveles de satisfacción general, existen áreas específicas que necesitan atención para mejorar el bienestar general de los estudiantes. Esto indica que la calidad de vida de los estudiantes no puede entenderse sin examinar las facetas individuales de su bienestar y satisfacción. En India, Asadi (2017) encontró que tanto el bienestar psicológico como la salud familiar tienen correlaciones significativas y positivas con la calidad

de vida de los estudiantes, lo que indica que los factores externos e internos juegan roles cruciales en su bienestar general. Esto refuerza la necesidad de un enfoque holístico para abordar la calidad de vida estudiantil, que no solo considere los aspectos individuales del bienestar, sino también el entorno familiar y social del estudiante. Por su parte, el estudio de Singh et al. (2021) subraya cómo los problemas de salud mental, como la depresión, la ansiedad y el estrés, afectan negativamente la calidad de vida de los estudiantes. Este vínculo entre la salud mental y la calidad de vida resalta un área crítica de preocupación, especialmente dada la prevalencia de estos problemas en poblaciones estudiantiles.

El bienestar emocional de los estudiantes en nuestro país enfrenta un desafío crítico que requiere atención urgente. Según ENDES del INEI (2023), 3 de cada 10 jóvenes entre 15 a 29 años ha presentado algún problema de salud mental o emocional. De este grupo, quienes más padecen este problema son mujeres, con un porcentaje de 30,2%, mientras que en los hombres representa el 22,9%. Así también, solo un poco más del 2% de las instituciones educativas públicas cuentan con los recursos de un psicólogo disponible para apoyar a los estudiantes, revela un informe del Ministerio de Educación (Diario La República, 2023). Asimismo, un 14.5% de los estudiantes no tiene acceso a un almuerzo regular, el 27% omite el desayuno y el 26% no cena. Solo el 46.2% vive en una vivienda propia, y aunque la mayoría tiene acceso a electrodomésticos básicos como cocina y televisor, entre el 55% y el 64% dispone de un dispositivo electrónico como PC, laptop o tablet. Sin embargo, aproximadamente el 40% de estos estudiantes no tiene acceso adecuado a internet, limitando su capacidad de conectarse de manera regular y afectando su rendimiento académico y bienestar general.

De acuerdo al INEI, en relación a la calidad de vida, en su último reporte precisa que la gran mayoría de los jóvenes se siente satisfecha con su ropa, con un 94% expresando conformidad, aunque reconocen que un 28% de sus compañeros sí dan importancia a la marca o precio de las prendas. Además, un 90,3% de los estudiantes considera que los recursos educativos a su disposición son adecuados. Sin embargo, algunos profesores señalan que un tercio de los estudiantes no consigue los materiales necesarios para el estudio, como novelas o material

didáctico. En cuanto a la situación familiar, solo el 50% de los estudiantes reside con ambos padres, mientras que el 34% vive solo con la madre, un 7,7% con el padre y otro 7,7% con otros parientes. Además, el 12% de los alumnos trabaja para contribuir al sustento económico de su hogar. Evidentemente, las restricciones económicas o emocionales impactan en el bienestar emocional de los estudiantes (INEI, 2023). El acoso escolar representa un obstáculo para el completo desarrollo emocional de los estudiantes. Ellos reportan que, de los escasos incidentes ocurridos, las agresiones se deben a razones como el color de piel (66%), la nacionalidad (41,5%) o la estatura (41,5%). Respecto a lo que necesitan los adolescentes para sentirse felices, según una pregunta abierta, la mayoría de los estudiantes manifestó que lo principal es tener una familia estable (39%), seguido de poseer buenos amigos (19%), estar cerca de los seres amados (17%) y disfrutar del tiempo con personas apreciadas (5%). Curiosamente, solo cuatro estudiantes mencionaron que las actividades recreativas en familia son esenciales para su felicidad.

A nivel local, un estudio realizado por Piguaycho (2021) en Tacna, detectó que la mayoría de los estudiantes universitarios (86.1%) se encontró en un nivel medio de salud mental positiva. Esta cifra puede parecer alentadora a primera vista, pero en realidad señala una falta de bienestar óptimo y una resiliencia emocional limitada entre los jóvenes. Además, es alarmante que un 11.8% de los estudiantes estuvieron clasificados con un nivel bajo de salud mental, lo que indica problemas significativos que pueden afectar su desarrollo académico y personal a largo plazo. Por otro lado, solo un pequeño 2.1% alcanzó un nivel alto de salud mental positiva, un indicativo de que las condiciones ideales son excepcionalmente raras.

Abordando el tema principal de investigación, específicamente en la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, la calidad de vida y el bienestar emocional de los estudiantes de secundaria se han convertido en un tema de creciente preocupación. Y es que, los estudiantes están presentando problemas emocionales lo cual puede estar influenciado entre varios factores relacionados a su calidad de vida. Una posible causa puede ser el contexto económico de la región. Muchos de estos jóvenes provienen de familias con

limitaciones económicas, lo que no solo restringe su acceso a recursos materiales esenciales, sino que también incrementa el estrés y la presión por contribuir al sostenimiento del hogar. Este escenario económico desafiante se ve agravado por el contexto educativo, donde las instituciones pueden carecer de recursos adecuados para apoyar las necesidades emocionales y académicas de los estudiantes, como la insuficiencia de personal de apoyo psicológico.

A nivel social, el bullying sigue siendo un problema persistente que estaría afectando la salud emocional de los estudiantes. La discriminación basada en características físicas, nacionalidad o estatus socioeconómico contribuye a un ambiente escolar hostil, que puede disminuir la autoestima de los estudiantes y exacerbar los problemas de salud mental. Además, el entorno familiar juega un papel crucial; aquellos estudiantes que no cuentan con un entorno familiar estable o carecen de un soporte emocional adecuado en casa pueden estar enfrentando mayores dificultades para manejar el estrés y las presiones asociadas a la vida escolar. La combinación de estas causas conlleva a varias consecuencias preocupantes. La presión económica, el ambiente escolar negativo y la falta de apoyo emocional pueden llevar a problemas como la ansiedad, la depresión y una disminución general en la calidad de vida de los estudiantes. Estos problemas emocionales y psicológicos no solo afectarían su rendimiento académico, sino que también tendrían un impacto duradero en su desarrollo personal y bienestar general.

Para abordar efectivamente estos problemas, es esencial comprender las dinámicas específicas que afectan a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa en Tacna. Solo a través de un diagnóstico detallado y una respuesta coordinada que involucre a las autoridades educativas, las familias y la comunidad en general, a través de un programa posterior se podrá mejorar la calidad de vida y el bienestar emocional de estos jóvenes, garantizando así un futuro más prometedor para ellos y para la sociedad tacneña en general. Es por ello que, ante el diagnóstico descrito la presente investigación tiene como objetivo general determinar la relación entre la calidad de vida y bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

1.2. Formulación del Problema

1.2.1. Problema General

¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y el bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?

1.2.2. Problemas Específicos

¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y la correspondencia entre expectativas y logros en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?

¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y la confianza para afrontar dificultades en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?

¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y la trascendencia en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?

¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y el apoyo del grupo familiar en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?

¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y el apoyo social en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?

¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y las relaciones con el grupo primario en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?

1.3. Justificación de la Investigación

La investigación requiere la revisión de diverso material bibliográfico relacionado con la calidad de vida y el bienestar emocional, especialmente en el contexto de estudiantes de secundaria. Las teorías y modelos relevantes serán contrastados dentro del entorno específico de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa en Tacna. La aplicación y análisis proporciona un antecedente valioso para futuros investigadores interesados en explorar estas variables en contextos similares, justificándose desde un enfoque teórico sólido.

Por otro lado, la justificación práctica se manifiesta en la obtención de información que sirva como fuente primaria para identificar y resolver problemas relacionados con la calidad de vida y bienestar emocional, lo cual es esencial para implementar estrategias de mejora que beneficien tanto al entorno educativo como al desarrollo personal y académico de los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa en Tacna.

Finalmente, desde el punto de vista metodológico, la investigación sigue un proceso sistemático acorde con la metodología de investigación científica. Se inicia identificando la problemática de estudio y estableciendo los objetivos de investigación. Posteriormente, se procede con el contraste de hipótesis, aplicación de instrumentos de recolección de datos y análisis estadístico para determinar la relación entre la calidad de vida y el bienestar emocional de los estudiantes en la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa durante el año 2024.

1.4. Objetivos

1.4.1. *Objetivo General*

Determinar la relación entre la calidad de vida y el bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

1.4.2. *Objetivos Específicos*

Determinar la relación entre la calidad de vida y la correspondencia entre expectativas y logros en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

Determinar la relación entre la calidad de vida y la confianza para afrontar dificultades en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

Determinar la relación entre la calidad de vida y la trascendencia en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

Determinar la relación entre la calidad de vida y el apoyo del grupo familiar en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

Determinar la relación entre la calidad de vida y el apoyo social en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

Determinar la relación entre la calidad de vida y las relaciones con el grupo primario en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

1.5. Antecedentes del Estudio

1.5.1. Antecedentes Internacionales

Gómez y Montero (2019), realizaron la investigación titulada: *Calidad de vida en relación con la salud física y mental en estudiantes de la Universidad de la Costa*, para optar por el título profesional de Licenciado en Psicología de la Universidad de la Costa en Barranquilla, Colombia. El objetivo de esta investigación fue evaluar la calidad de vida relacionada con la salud física y mental en jóvenes universitarios. El tipo de investigación fue descriptivo correlacional y no experimental. El estudio se llevó a cabo con 255 estudiantes de la Universidad de la Costa CUC, a los cuales se les aplicó el Cuestionario de Calidad de Vida en Salud Sf-36. La hipótesis fue establecer si existe relación entre la calidad de vida y la salud física y mental en los estudiantes descritos. Los resultados evidenciaron que los estudiantes tienen un nivel promedio de calidad de vida en relación a la salud mental y física favorable en términos generales. En lo que refiere al sexo, los varones disfrutaban de un mayor nivel de salud y calidad de vida que las mujeres. Se recomendó que se aporte al área de Bienestar Universitario la implementación de estrategias de promoción y prevención destinadas a mejorar los indicadores de calidad de vida y salud física y mental en los estudiantes universitarios, garantizando así, el desarrollo de profesionales y seres humanos íntegros. De esta forma no sólo mejoraría el desarrollo social y académico de estos, sino que también disminuiría los niveles de deserción a nivel institucional en la Universidad de la Costa CUC.

Marcalla (2022), presentó la tesis: *Bienestar psicológico, calidad de vida y salud mental en personas pertenecientes al Pueblo Chibuleo*, para optar por el título profesional de Licenciada en Psicología Clínica de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador. El objetivo principal de este estudio fue analizar la conexión entre el bienestar psicológico, la calidad de vida y la salud mental. Se adoptó un enfoque post-positivista y se utilizó un diseño no experimental, cuantitativo, con un alcance que incluye descriptivo, correlacional y trasversal. La investigación incluyó

a 373 individuos del pueblo Chibuleo, con un 30,3% de hombres y un 69,7% de mujeres, con edades comprendidas entre los 20 y 40 años. Para la medición se emplearon instrumentos como la escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff-29, el Cuestionario de Calidad de Vida SF-36 y el Cuestionario de Salud General de Goldberg GHQ-28. La hipótesis planteada fue determinar si existe relación entre el bienestar psicológico, calidad de vida y la salud mental en las personas mencionadas. Los hallazgos indicaron que, en promedio, el bienestar psicológico de los participantes estaba por encima del nivel mínimo aceptable. Por otro lado, la calidad de vida mostró resultados mixtos en relación con este umbral, mientras que los indicadores de salud mental estuvieron consistentemente por debajo, indicando aspectos negativos como síntomas somáticos, ansiedad, disfunción social y depresión. Los participantes presentaron niveles adecuados de bienestar psicológico y calidad de vida, sugiriendo una menor necesidad de intervenciones profundas en salud mental. El análisis estadístico mostró una correlación negativa baja, pero significativa, entre las variables estudiadas.

López et al. (2023), publicaron el artículo: *Gestión emocional de estudiantes universitarias ante los trabajos académico-doméstico-remunerados durante la COVID-19*, de la Revista de Ciencias Sociales Iberoforum, en México. El objetivo fue analizar las condiciones socioestructurales y el impacto de los imaginarios de género en estudiantes universitarias de pregrado y posgrado de una institución de educación superior en México. Este análisis se realizó a través de la exploración de la gestión emocional que las estudiantes desarrollaron para cumplir con las demandas académicas, domésticas y remuneradas. Se llevaron a cabo 13 entrevistas semiestructuradas a través de Zoom a estudiantes de entre 20 y 40 años. Los datos se analizaron desde un marco socioantropológico de las emociones y feminista. Las estudiantes enfrentaron la exigencia de cumplir con las responsabilidades domésticas; la mayoría asumió estas tareas como propias, y las actividades académicas fueron a menudo relegadas. Aquellas estudiantes que también realizaban labores remuneradas desarrollaron estrategias para cumplir con las tres actividades simultáneamente. El cuidado y la convivencia familiar se destacaron como factores cruciales en la vida de estas mujeres, influyendo en cómo

equilibraban sus responsabilidades académicas, familiares y laborales. Se identificó una gestión emocional pendular entre la culpa, la depresión, la felicidad y la esperanza para manejar estas tensiones. Los espacios terapéuticos se convirtieron en lugares seguros para expresar sus sentimientos y desafiar las expectativas sociales de género. La reconfiguración de los procesos socioemocionales para mediar el agotamiento, la molestia, la culpa y el miedo fue un aspecto central y reveló el lugar que las mujeres ocupan en la estructura social, más allá de su vida intrapsíquica.

1.5.2. Antecedentes Nacionales

Otoya (2022), presentó la tesis: *Bienestar psicológico y calidad de vida de los estudiantes que realizan prácticas pre-profesionales de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022*, para optar por el grado de Licenciada en Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, en Lima. El estudio tuvo como meta principal evaluar la conexión entre el bienestar psicológico y la calidad de vida en estudiantes de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022, que estaban en prácticas preprofesionales. Para ello, se utilizó un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental y un método deductivo, centrado en 163 estudiantes universitarios. A estos se les aplicaron dos cuestionarios diseñados para medir las variables de interés, los cuales habían sido validados y comprobados en cuanto a su fiabilidad. La hipótesis alterna fue determinar si el bienestar psicológico se relaciona de forma significativa con la calidad de vida de los estudiantes mencionados. Los análisis revelaron un coeficiente de correlación de Spearman de 0,807, con una significancia menor a 0.05, indicando una fuerte correlación positiva entre el bienestar psicológico y la calidad de vida en este grupo específico. Por tanto, se determinó que hay una relación significativa y positiva entre estas dos dimensiones entre los estudiantes de prácticas preprofesionales de enfermería.

Rojas (2023), elaboró la investigación titulada: *Calidad de vida y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Villa El Salvador*, para optar por el título profesional de Licenciada en Psicología de la

Universidad Autónoma del Perú, en Lima. El propósito principal de este estudio fue examinar cómo se correlacionan la calidad de vida y el bienestar psicológico en 305 estudiantes de psicología de una universidad privada en Villa El Salvador. Se llevó a cabo mediante un diseño no experimental de tipo correlacional. Para medir estas variables, se aplicaron la Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes (1982) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989). Su hipótesis fue determinar si la calidad de vida se relaciona con el bienestar psicológico en los estudiantes mencionados. Los resultados mostraron que un 26.6% de los estudiantes presentaron una calidad de vida deficiente o con tendencia a empeorar; adicionalmente, un 21.3% registró niveles muy bajos de bienestar psicológico, y un 21.0% mostró niveles bajos. Además, se identificó una relación directa y significativa entre la calidad de vida y el bienestar psicológico ($\rho = 0.377$, $p < 0.05$), así como entre sus respectivas dimensiones. Se determinó que una mayor calidad de vida está asociada a un incremento en el bienestar psicológico.

Sivincha (2023), desarrolló la tesis: *Calidad de vida y bienestar psicológico de los estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana*, para obtener el título profesional de Psicóloga de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, en Lima. Este estudio se enfocó en examinar cómo se relacionan la calidad de vida y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública en Lima Metropolitana. Participaron 253 estudiantes de las facultades de Ciencias de la Salud e Ingeniería. Para la evaluación, se aplicaron la Escala de Calidad de Vida y la Escala Multidimensional de Bienestar Psicológico de Ryff. La metodología adoptada fue de carácter descriptivo y no experimental, donde además se realizó un análisis minucioso de los ítems para validar y comprobar la fiabilidad de los instrumentos utilizados. La hipótesis planteada fue determinar si la calidad de vida tiene influencia en el bienestar psicológico de los estudiantes de la universidad mencionada. Los resultados revelaron una correlación estadísticamente significativa y positiva entre la calidad de vida y el bienestar psicológico en general. Se observaron asociaciones positivas y significativas entre la calidad de vida y la mayoría de las dimensiones del bienestar psicológico, excepto en el aspecto de crecimiento personal. Los hallazgos explican que un aumento en la percepción de

la calidad de vida está vinculado a mayores niveles de bienestar psicológico entre los estudiantes universitarios.

1.5.3. Antecedentes Locales

Delgado (2019), elaboró la tesis: *La calidad de vida y la actitud hacia el emprendimiento de los estudiantes del 3er. al 5to. año de secundaria de la institución educativa N° 42237 “Jorge Chávez” del distrito de Crnl. Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa de la ciudad de Tacna, periodo 2017*, para optar por el título profesional de Ingeniero Comercial de la Universidad Privada de Tacna. La finalidad de este estudio fue explorar cómo la calidad de vida afecta la actitud emprendedora de los estudiantes de tercero a quinto año de la Institución Educativa N° 42237 “Jorge Chávez” en el Distrito de Crnl. Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna. Se utilizó un enfoque metodológico básico, con un diseño no experimental o ex post facto y de tipo transversal. El análisis se centró en una perspectiva explicativa para comprender la dinámica causa-efecto entre las variables estudiadas. El público objetivo fueron los estudiantes de tercero a quinto año, con una población total de 526 y una muestra seleccionada de 233 individuos. La hipótesis planteada buscó determinar si la calidad de vida se relaciona de forma significativa con la actitud hacia el emprendimiento de los estudiantes de secundaria descritos. Se encontró que la calidad de vida tiene un impacto significativo en la actitud emprendedora de los estudiantes, evidenciado por un valor de significancia menor a 0.05. Este hallazgo subraya la importancia de asegurar un entorno propicio para el bienestar emocional, las relaciones interpersonales saludables, el bienestar material, las oportunidades de desarrollo personal, el bienestar físico, la autodeterminación, y la inclusión social y el respeto por los derechos como factores clave para fomentar una actitud positiva hacia el emprendimiento en los estudiantes.

Suricallo y Ticona (2021), realizaron la investigación titulada: *Calidad de vida laboral y bienestar psicológico en el personal sanitario y administrativo de una clínica en Tacna – 2021*, para optar por el título profesional de Licenciada en Psicología de la Universidad César Vallejo, en Huaraz. El propósito de este estudio

fue analizar la conexión entre la calidad de vida laboral y el bienestar psicológico en el personal de salud y administrativo de una clínica en Tacna, 2021. La metodología implementada fue básica-descriptiva, de tipo no experimental, descriptivo correlacional y transversal. Participaron 110 trabajadores, incluyendo personal sanitario (como enfermeras, técnicos de enfermería, de laboratorio, asistentes de consultorio) y administrativo. Para medir estas variables, se emplearon la escala abreviada de calidad de vida laboral (WRQoL) y el cuestionario de bienestar psicológico (BIEPS-A). La hipótesis fue establecer si la calidad de vida laboral se relaciona significativamente con el bienestar psicológico en el personal sanitario y administrativo señalado. Los resultados mostraron una correlación significativa entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la calidad de vida laboral, destacando una alta relación directa en Bienestar general (Rho: 0.666), una moderada en la interrelación trabajo-hogar (Rho: 0.602) y trabajo y satisfacción (Rho: 0.754), y una moderada en condiciones laborales (Rho: 0.539) y control en el trabajo (Rho: 0.594). Se dedujo que hay una correlación directa y moderada entre la calidad de vida laboral y el bienestar psicológico del personal analizado, con un nivel de significancia de $p=0,000$ ($p<0.05$) y un coeficiente de correlación de Spearman de 0,651.

Candela y Guerra (2022), desarrollaron la tesis: *Estrés percibido y bienestar psicológico durante la emergencia nacional por covid-19, en estudiantes de la Universidad Privada de Tacna, 2021*, para optar por el título profesional de Maestro en Psicopedagogía, de la Universidad Privada de Tacna. Tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre el estrés percibido y el bienestar psicológico durante el estado de Emergencia Nacional por la COVID-19 en los estudiantes tutorados de la Universidad Privada de Tacna, 2021. El tipo de investigación fue básico por su tipo, además de ser descriptivo y correlacional. Se empleó un diseño no experimental transaccional correlacional. La muestra estuvo compuesta por 602 jóvenes universitarios de los tres primeros ciclos académicos, utilizando un muestreo no probabilístico de carácter intencional. Para este estudio, se manejaron los siguientes instrumentos: la Escala de Estrés Percibido de Cohen y la Escala de Bienestar Psicológico de Casullo. Los resultados mostraron que, en

relación al estrés percibido, el 65.95% de los estudiantes presentó un nivel moderado, seguido de un 26.08% en un nivel bajo y un 7.97% en un nivel alto. En cuanto al bienestar psicológico, se encontró que un 29.57% de los participantes estuvo en un nivel alto y un 26.41% en un nivel medio. Además, desde el planteamiento general, se descubrió que existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés percibido y el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios.

1.6. Definiciones Básicas

1.6.1. *Amigos, Vecindario, Comunidad, Vida Familiar y Extensa*

Las interacciones sociales y el apoyo de amigos, familia y la comunidad son vitales para los estudiantes (Grimaldo et al., 2020).

1.6.2. *Apoyo del Grupo Social*

Se refiere a la importancia del entorno familiar en proporcionar amor, seguridad, apoyo y comprensión (Omar et al., 2009).

1.6.3. *Apoyo Social*

Engloba la disponibilidad de personas en quienes confiar, buscar consejo y compartir experiencias (Omar et al., 2009).

1.6.4. *Bienestar Emocional*

Experiencia cotidiana de emociones, tanto positivas como negativas (Diener, 2000).

1.6.5. *Bienestar Vinculado a Expectativas y Logros*

Se refiere a cómo la realización personal y el cumplimiento de metas personales contribuyen al bienestar emocional (Omar et al., 2009).

1.6.6. *Calidad de Vida Escolar*

Medida en que los estudiantes se sienten seguros, apoyados y conectados con su escuela, incluyendo relaciones positivas con compañeros y maestros, y la percepción de un ambiente escolar que promueve su aprendizaje y bienestar personal (Aldridge & McChesney, 2018).

1.6.7. *Confianza para Afrontar Dificultades*

Se centra en la creencia en uno mismo para superar obstáculos, recuperarse de contratiempos y continuar adelante en situaciones difíciles (Omar et al., 2009).

1.6.8. *Educación y Ocio*

Una educación de calidad fomenta el desarrollo cognitivo. Las actividades de ocio, permiten a los estudiantes explorar sus intereses, desarrollar talentos y aliviar el estrés (Grimaldo et al., 2020).

1.6.9. *Economía*

La capacidad de sus familias para proveer recursos educativos, impacta en su experiencia educativa y oportunidades de desarrollo (Grimaldo et al., 2020).

1.6.10. *Hogar*

Un ambiente hogareño estable y propicio ofrece a los estudiantes un lugar seguro para estudiar, descansar y desarrollarse (Grimaldo et al., 2020).

1.6.11. *Medios de Comunicación*

Son una herramienta esencial de aprendizaje y una fuente de entretenimiento (Grimaldo et al., 2020).

1.6.12. *Relaciones con el Grupo Primario*

Se centra en las interacciones y conexiones dentro de grupos cercanos, como la familia inmediata, los amigos íntimos o los equipos de trabajo estrechos (Omar et al., 2009).

1.6.13. *Salud*

El acceso a una nutrición adecuada, actividad física regular y servicios de salud mental apoya su capacidad para aprender y participar en actividades escolares (Grimaldo et al., 2020).

1.6.14. *Trascendencia*

Aborda la capacidad de conectarse con algo más grande que uno mismo, como valores universales, la naturaleza, el arte o la espiritualidad (Omar et al., 2009).

Capítulo II

Fundamento Teórico Científico de la Variable Calidad de Vida

2.1. Definición de Calidad de Vida

Según Konu y Lintonen (2020), la calidad de vida escolar aborda la experiencia personal y subjetiva que tienen los estudiantes dentro del ambiente escolar. Esta experiencia se relaciona directamente con su bienestar físico, psicológico, social y educativo, lo que implica una valoración integral del entorno escolar. Dicha valoración no solo se centra en las condiciones tangibles, sino también en cómo estos elementos contribuyen al desarrollo personal y académico del estudiante, permitiéndoles sentirse parte integral de la comunidad educativa.

Por otro lado, Opdenakker y Van Damme (2019) ven la calidad de vida escolar como la percepción de los estudiantes sobre la calidad y el clima educativo de la escuela, que influye en su motivación, compromiso académico y logros. Estos factores son necesarios porque influyen directamente en la motivación de los estudiantes, su compromiso con el aprendizaje y sus logros académicos. La calidad de vida escolar, desde esta visión, se enlaza directamente con los resultados educativos y es un predictor esencial del éxito estudiantil.

Asimismo, Samdal y Torsheim (2019) describen la calidad de vida escolar como el grado en que los estudiantes experimentan satisfacción con la escuela, perciben un entorno escolar positivo y se involucran activamente en actividades escolares. La inclusión de relaciones positivas con compañeros y maestros y la percepción de un ambiente que promueve tanto el aprendizaje como el bienestar personal son cruciales. Esta perspectiva pone énfasis en la importancia del entorno emocional y social de la escuela como fundamentos para un desarrollo académico y personal efectivo.

Aldridge y McChesney (2018), definen la calidad de vida escolar como la medida en que los estudiantes se sienten seguros, apoyados y conectados con su escuela, incluyendo relaciones positivas con compañeros y maestros, y la percepción de un ambiente escolar que promueve su aprendizaje y bienestar personal.

Thapa et al. (2013) definen la calidad de vida escolar como un concepto multidimensional que incluye la seguridad emocional y física, la conexión y el apoyo en la escuela, el compromiso con el aprendizaje y el entorno, y el bienestar académico y social de los estudiantes. Esta definición abarca una variedad de dimensiones que interaccionan para formar una estructura compleja que sustenta la calidad de vida escolar, considerando tanto aspectos intangibles como tangibles del entorno escolar.

Las definiciones presentadas varían en su enfoque y énfasis en diferentes aspectos de la experiencia escolar. La definición de Konu y Lintonen es notablemente integral, enfocándose en la experiencia subjetiva del estudiante y cubriendo varios aspectos del bienestar. Opdenakker y Van Damme, en cambio, se centran más en cómo la percepción del clima educativo afecta la motivación y los logros académicos, ofreciendo un enfoque más orientado a los resultados. Samdal y Torsheim destacan la satisfacción y el involucramiento del estudiante, lo que sugiere un modelo más participativo de calidad de vida escolar. Aldridge y McChesney, al igual que Thapa et al., enfatizan la seguridad y el soporte emocional y social como fundamentales para el bienestar del estudiante.

En síntesis, la definición más idónea puede ser la de Thapa et al. (2013), ya que ofrece una perspectiva holística y multidimensional que abarca tanto el ambiente físico y emocional como el compromiso y bienestar académico y social. Esta definición integra los distintos aspectos destacados por los otros autores, proporcionando una visión completa y equilibrada de lo que constituye la calidad de vida escolar.

2.2. Importancia de la Calidad de Vida Escolar

De acuerdo a Roeser et al. (2000), la calidad de vida escolar abarca diversos aspectos del entorno educativo, incluyendo las prácticas pedagógicas, el clima escolar, las relaciones entre alumnos y maestros, y las oportunidades para la participación estudiantil. Un clima escolar positivo, que promueva la seguridad, el respeto y la inclusión, es crucial para fomentar el bienestar emocional de los estudiantes. Un ambiente de apoyo permite a los estudiantes sentirse valorados y comprendidos, lo cual es esencial para su motivación y compromiso con el aprendizaje.

Los autores también destacan la importancia de las relaciones positivas entre alumnos y profesores como un componente clave de la calidad de vida escolar. Las interacciones que refuerzan la confianza y el respeto mutuo contribuyen a un entorno de aprendizaje enriquecedor, donde los estudiantes se sienten empoderados para expresar sus opiniones, hacer preguntas y asumir riesgos en su proceso de aprendizaje. Además, la sensación de conexión y pertenencia que se desarrolla en un ambiente escolar positivo es fundamental para el bienestar socioemocional de los estudiantes, influenciando su autoestima, su capacidad para gestionar el estrés y su desarrollo de habilidades sociales.

Además, la calidad de vida escolar tiene un impacto directo en el rendimiento académico. Los estudiantes que experimentan bienestar en su entorno escolar tienden a mostrar mayores niveles de concentración, persistencia y entusiasmo por el aprendizaje, lo que se traduce en mejores resultados académicos. Además, el bienestar escolar juega un papel crucial en la prevención de problemas como el absentismo, la deserción escolar y los comportamientos disruptivos (Roeser et al.,2000).

2.3. Características de la Calidad de Vida Escolar

Tomando como referencia el enfoque de Seligman (2011), quien es reconocido por su trabajo en psicología positiva aplicada al ámbito educativo, las

características de una calidad de vida escolar pueden delinearse alrededor de cinco elementos clave, conocidos como el modelo PERMA: Emociones Positivas, Compromiso, Relaciones, Sentido y Logro.

Se desarrollan cada uno de ellos a continuación:

2.3.1. *Emociones Positivas*

Seligman, enfatiza el valor crucial de cultivar emociones positivas tales como la alegría, el optimismo y la gratitud en el contexto educativo. Según él, una calidad de vida escolar óptima no solo se reconoce por el nivel académico alcanzado por los estudiantes, sino también por la atmósfera emocional que permea el entorno escolar. Este ambiente propicio debe motivar a los estudiantes a experimentar y expresar dichas emociones, las cuales son esenciales para un desarrollo integral.

La presencia de emociones positivas en las aulas contribuye significativamente a crear un espacio más acogedor y motivador para los alumnos. Estas emociones facilitan el aprendizaje activo y aumentan la resiliencia frente a los desafíos académicos. Además, promueven relaciones más saludables y constructivas entre estudiantes y docentes, reforzando un sentido de comunidad y pertenencia en la escuela.

Fomentar estas emociones no solo mejora el bienestar psicológico de los estudiantes, sino que también potencia su rendimiento académico. Un entorno enriquecido con emociones positivas ayuda a los estudiantes a mantener una perspectiva optimista frente a los retos, potencia su creatividad y los impulsa a involucrarse más profundamente en sus procesos educativos. Seligman sugiere que las estrategias educativas deben incluir actividades y prácticas que promuevan estas emociones, como la realización de ejercicios de gratitud, la implementación de proyectos que despierten la pasión y la curiosidad, y el establecimiento de un clima escolar que valore y celebre los logros y las contribuciones positivas de cada estudiante.

2.3.2. *Compromiso*

El concepto de compromiso, es fundamental en la educación para garantizar que los estudiantes no solo participen, sino que se sumerjan por completo en sus actividades educativas. La implicación profunda y activa de los estudiantes en su aprendizaje se manifiesta cuando están completamente absortos en tareas que no solo desafían sus capacidades, sino que también son percibidas como significativas y enriquecedoras. Esto es crucial para fomentar una experiencia de aprendizaje que trascienda la mera absorción de información y promueva una conexión genuina con el material de estudio.

Seligman sugiere que las escuelas deberían diseñar y ofrecer oportunidades educativas que permitan a los estudiantes experimentar un estado de flujo. En este estado, los desafíos presentados están en perfecta sintonía con las habilidades del estudiante, creando una dinámica donde el tiempo parece detenerse y la actividad se convierte en intrínsecamente gratificante. Esta alineación crea un ambiente de inmersión total en el que los estudiantes no solo enfrentan retos acordes a sus habilidades, sino que también amplían y desarrollan dichas capacidades, facilitando así un crecimiento personal y académico continuo.

Además, un compromiso efectivo implica que las actividades propuestas sean de relevancia personal para los estudiantes, conectando los contenidos académicos con sus intereses y aspiraciones futuras. Esto puede incrementar la motivación intrínseca, haciendo que el proceso de aprendizaje sea más atractivo y menos susceptible a ser percibido como una obligación tediosa. Para lograr esto, es esencial que los educadores conozcan bien a sus estudiantes y adapten sus métodos de enseñanza para hacerlos más relevantes y estimulantes.

Finalmente, el fomento del compromiso en el aula debe incluir también el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, que son fundamentales para que los estudiantes puedan manejar de manera efectiva los desafíos y trabajar de manera colaborativa con otros. La implementación de proyectos grupales y la promoción de discusiones en clase pueden ser métodos eficaces para mejorar estas habilidades,

al mismo tiempo que mantienen a los estudiantes comprometidos y conectados con su comunidad educativa.

2.3.3. Relaciones

Las relaciones dentro del contexto escolar son elementales, porque actúan como un pilar central para el bienestar y el desarrollo integral de los estudiantes. Relaciones positivas y de apoyo entre estudiantes, profesores y personal escolar no solo mejoran la atmósfera general de la escuela, sino que también establecen un ambiente propicio para el aprendizaje efectivo y el desarrollo emocional y social. La presencia de un entorno de confianza y respeto mutuo permite que los estudiantes se sientan seguros y valorados, aspectos que son esenciales para su desarrollo académico y personal.

El fomento de relaciones constructivas en la escuela contribuye a la creación de una comunidad educativa donde los miembros se sienten comprendidos y apoyados. Estas interacciones ayudan a los estudiantes a desarrollar habilidades sociales importantes, como la empatía, la comunicación efectiva y el trabajo en equipo, que son fundamentales no solo en su vida escolar sino también en su futuro profesional y personal. Además, las relaciones positivas pueden actuar como un amortiguador contra el estrés y la ansiedad, proporcionando a los estudiantes una red de soporte que puede ser crucial en momentos de dificultad.

Para cultivar estas relaciones, es importante que los educadores adopten prácticas inclusivas y democráticas que promuevan la participación activa de todos los estudiantes. Esto incluye metodologías de enseñanza que valoran y respetan las voces y experiencias de los estudiantes, así como programas y actividades que fomenten la colaboración y el entendimiento mutuo. Los consejeros escolares y otros profesionales también desempeñan un papel vital en la promoción de un clima escolar saludable, ofreciendo espacios seguros para que los estudiantes expresen sus emociones y resuelvan conflictos de manera constructiva.

En última instancia, las relaciones sólidas y de apoyo en el entorno escolar no solo enriquecen la experiencia educativa, sino que también preparan a los

estudiantes para enfrentar los retos de la vida con confianza y competencia social. La inversión en el desarrollo de estas relaciones es, por lo tanto, una inversión en el futuro de los estudiantes y en la sociedad en general.

2.3.4. *Sentido*

El concepto de “sentido” o tener un propósito en la educación es esencial para que los estudiantes no solo participen activamente en su aprendizaje, sino que también encuentren un significado duradero en sus esfuerzos académicos. Seligman resalta la importancia de que los estudiantes comprendan cómo su educación se conecta con sus metas personales y profesionales, lo cual puede ser un factor motivador poderoso. Esta conexión directa entre la educación y los objetivos futuros de los estudiantes hace que el proceso de aprendizaje sea más relevante y valioso para ellos, fomentando así un compromiso más profundo con su propio desarrollo.

Una educación con sentido debe, por lo tanto, integrar actividades y enseñanzas que no solo proporcionen conocimiento, sino que también permitan a los estudiantes explorar y afianzar sus intereses y pasiones. Esto implica ofrecer oportunidades para que los estudiantes participen en proyectos y actividades que reflejen y se alineen con sus aspiraciones personales, ayudándoles a ver la utilidad práctica de lo que aprenden en el aula. Además, los educadores pueden desempeñar un papel crucial al actuar como mentores que guíen a los estudiantes en su búsqueda de un propósito, ayudándolos a hacer conexiones entre su educación actual y sus planes futuros.

Seligman también sugiere que una educación significativa debe abordar las necesidades holísticas de los estudiantes, incluyendo su bienestar emocional y social. Esto significa crear un entorno de aprendizaje que no solo se enfoque en los logros académicos, sino que también cultive las habilidades de vida y las competencias emocionales. Al hacerlo, los estudiantes pueden desarrollar una visión más clara de cómo sus experiencias educativas contribuyen a una vida plena y satisfactoria.

En resumen, proporcionar un sentido a través de la educación es vital para el bienestar general de los estudiantes. Al entender cómo sus esfuerzos educativos se integran en un marco más amplio de objetivos de vida, los estudiantes pueden sentir una mayor motivación y satisfacción, lo que a su vez mejora su rendimiento y éxito académico. Una educación que combina conocimiento con pasión y propósito no solo prepara a los estudiantes para futuros desafíos profesionales, sino que también les enseña a valorar y buscar un significado en todas sus futuras empresas.

2.3.5. *Logro*

El logro o la consecución de objetivos es una dimensión clave de la calidad de vida escolar que Seligman (2017) subraya con especial énfasis. Él argumenta que un entorno escolar que reconoce y celebra los logros no solo incrementa la motivación de los estudiantes, sino que también refuerza su sentido de competencia y autoestima. Esta celebración de los logros fomenta una cultura de perseverancia, autoeficacia y resiliencia, animando a los estudiantes a establecer y alcanzar metas cada vez más desafiantes. Al reconocer los éxitos de los estudiantes, las escuelas no solo premian el resultado final, sino que también valoran el proceso de aprendizaje y el esfuerzo individual.

El autor aboga por un enfoque holístico en la educación, donde los logros académicos son solo una parte del desarrollo integral del estudiante. Este enfoque holístico sugiere que las escuelas deben ser entornos donde los estudiantes no solo adquieran conocimientos académicos, sino que también desarrollen habilidades vitales para su bienestar emocional y psicológico. En este contexto, el logro incluye no solo éxitos académicos tradicionales, como buenas calificaciones y premios, sino también logros personales y sociales, como el desarrollo de nuevas habilidades, la mejora en la comunicación interpersonal y la capacidad de superar desafíos personales.

Para fomentar esta visión de logro, es crucial que los educadores establezcan metas realistas y alcanzables que estén alineadas con las capacidades y los intereses

de cada estudiante. Además, es importante que los logros sean reconocidos de manera equitativa, asegurando que todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades académicas innatas, sientan que sus esfuerzos son valorados. Esta práctica no solo mejora la motivación, sino que también ayuda a construir un ambiente escolar más inclusivo y de apoyo.

La implementación de sistemas de reconocimiento que celebren una variedad de logros académicos y personales puede contribuir significativamente al desarrollo de una comunidad escolar positiva. Estos sistemas pueden incluir ceremonias de premiación, tableros de anuncios que destacan logros personales y académicos, y programas que permitan a los estudiantes establecer sus propios objetivos y seguir su progreso. Al hacerlo, las escuelas crean un ambiente que no solo valora la excelencia académica, sino que también promueve un sentido de logro en todas las áreas de la vida estudiantil.

2.4. Modelos Teóricos de la Calidad de Vida

2.4.1. *Teoría de Engels*

El modelo desarrollado por Engels et al. (2004) profundiza en la comprensión de cómo diversos factores escolares afectan directamente el bienestar de los estudiantes en las escuelas secundarias. Este estudio es particularmente significativo porque no solo reconoce los componentes académicos del entorno escolar, sino que también enfatiza la importancia crítica de las relaciones interpersonales y el ambiente psicosocial. Según este modelo, las interacciones saludables entre estudiantes y profesores son fundamentales para crear un entorno educativo que promueva el bienestar emocional y académico de los estudiantes.

Además, el modelo explora la relevancia del entorno físico de la escuela, como la iluminación adecuada, espacios limpios y ordenados, y áreas verdes accesibles, los cuales son elementos que contribuyen significativamente al bienestar general de los alumnos. La relación entre un entorno físico agradable y la reducción de estrés y fatiga mental es un área destacada en la investigación, sugiriendo que

un diseño escolar consciente puede tener efectos positivos palpables en la comunidad estudiantil.

Engels y sus colegas también argumentan que el desarrollo de prácticas pedagógicas que fomenten la autonomía y la competencia es crucial. Al permitir que los estudiantes tomen ciertas decisiones sobre su aprendizaje y al fomentar un ambiente que premie la iniciativa personal y la resolución creativa de problemas, las escuelas pueden cultivar un sentido de propiedad y responsabilidad en los estudiantes hacia su educación.

Este modelo propone que tales estrategias pedagógicas, combinadas con un enfoque proactivo en el cuidado de las relaciones interpersonales y el entorno escolar, pueden reducir significativamente problemas comunes como el estrés, el aburrimiento y la alienación. La implementación de estos enfoques no solo mejora la calidad de vida escolar, sino que también prepara a los estudiantes para enfrentar desafíos futuros de manera más efectiva y resiliente.

En resumen, el modelo de Engels et al. (2004) ofrece un marco integral que las escuelas pueden utilizar para evaluar y mejorar su ambiente educativo. Al abordar tanto los aspectos físicos como los psicosociales del entorno escolar, este modelo ayuda a crear una atmósfera más acogedora y estimulante que es fundamental para el desarrollo holístico de los estudiantes.

2.4.2. *Teoría de Torsheim y Wold*

El modelo de Torsheim y Wold (2001) ofrece una perspectiva valiosa sobre cómo el soporte escolar puede actuar como un amortiguador contra los efectos negativos del estrés relacionado con la escuela, lo que a menudo se manifiesta en forma de quejas somáticas entre los adolescentes. Los autores señalan que un apoyo adecuado y oportuno en el entorno escolar, tanto académico como emocional, es fundamental para contrarrestar las tensiones que los estudiantes pueden experimentar. Este apoyo incluye no solo la ayuda directa con el trabajo escolar, sino también la orientación emocional y social que profesores y compañeros pueden ofrecer.

En este modelo, se enfatiza que las escuelas deben ser lugares de aprendizaje y también de bienestar. Los educadores son vistos no solo como transmisores de conocimiento, sino también como proveedores de apoyo emocional. La capacitación del personal docente para reconocer y responder a las necesidades emocionales y sociales de los estudiantes es vista como esencial. Este enfoque integral reconoce que el rendimiento académico está intrínsecamente ligado al bienestar emocional y social del estudiante.

Además, el modelo destaca la importancia de crear un ambiente escolar inclusivo y acogedor, donde los estudiantes se sientan seguros y apoyados. Esto puede lograrse mediante políticas escolares que fomenten la tolerancia y la diversidad, programas de mentoría entre estudiantes, y actividades que fomenten la comunidad y la colaboración entre alumnos de diferentes edades y antecedentes. La idea es que al fortalecer las redes de soporte entre los estudiantes y entre estudiantes y profesores, se puede mejorar significativamente la resiliencia estudiantil.

En última instancia, Torsheim y Wold (2001) sugieren que las intervenciones para mejorar la calidad de vida escolar deben ser multifacéticas y adaptarse a las necesidades individuales de los estudiantes. Esto puede incluir programas de manejo de estrés, técnicas de relajación integradas en el currículo escolar, y espacios de escucha donde los estudiantes puedan expresar sus preocupaciones en un entorno estructurado y comprensivo. Al tomar en cuenta tanto los aspectos académicos como emocionales del bienestar estudiantil, este modelo proporciona una hoja de ruta para crear entornos escolares más saludables y efectivos.

2.4.3. *Teoría de Roeser, Eccles y Sameroff*

El modelo teórico propuesto por Roeser et al. (2000) presenta una visión integral de la función de la escuela en el desarrollo de los adolescentes, subrayando que el entorno educativo debe ser un espacio que respalde tanto el crecimiento intelectual como el socioemocional. Los investigadores enfatizan la importancia de reconocer la escuela no sólo como un recinto para el aprendizaje de contenidos,

sino también como un lugar donde los jóvenes pueden desarrollar habilidades vitales para su vida personal y profesional. Este enfoque reconoce la complejidad de las necesidades de los adolescentes, abogando por una educación que prepare a los estudiantes para enfrentar retos tanto dentro como fuera del aula.

Según este modelo, las prácticas educativas eficaces son aquellas que se adaptan a las características individuales de cada estudiante, reconociendo y respondiendo a sus fortalezas y debilidades específicas. Esto implica un enfoque personalizado del aprendizaje que puede incluir estrategias diferenciadas y adaptativas en la enseñanza. Además, Roeser, Eccles y Sameroff sugieren que el currículo debe incluir explícitamente la enseñanza de habilidades para la gestión emocional, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos, que son esenciales para el éxito en las interacciones sociales y profesionales futuras.

El modelo también propone que las escuelas fomenten un ambiente de apoyo y cuidado, donde los estudiantes se sientan seguros para explorar y expresar sus emociones y opiniones. Este ambiente puede ser facilitado por profesores capacitados en técnicas de apoyo emocional y por la implementación de programas escolares que promuevan la empatía y el respeto mutuo entre estudiantes. La participación de los estudiantes en la toma de decisiones escolares y la creación de proyectos comunitarios puede reforzar su sentido de pertenencia y responsabilidad.

En conclusión, el modelo de Roeser et al. (2000) destaca que el desarrollo académico no puede dissociarse del desarrollo emocional y social. Al integrar estas dimensiones en el diseño curricular y las prácticas pedagógicas, las escuelas pueden ofrecer una educación más completa y eficaz que prepare a los estudiantes para los desafíos de la vida moderna. Este enfoque holístico no solo mejora el rendimiento académico, sino que también contribuye significativamente al bienestar general y la adaptabilidad de los estudiantes en diversas situaciones de la vida.

2.4.4. *Teoría de Hascher*

Hascher (2008) aporta un enfoque innovador para la evaluación del bienestar estudiantil, destacando la importancia de utilizar una metodología mixta

que combine elementos cuantitativos y cualitativos para capturar la rica y variada naturaleza de la calidad de vida escolar. Su modelo reconoce que mientras que los métodos cuantitativos pueden ofrecer datos generalizables y medibles, como tasas de rendimiento académico y niveles de asistencia, los métodos cualitativos proporcionan ideas profundas sobre las experiencias subjetivas de los estudiantes, sus sentimientos y percepciones, que son igualmente cruciales para entender su bienestar integral.

La autora argumenta que el bienestar estudiantil no puede ser completamente entendido ni mejorado sin considerar ambos tipos de datos, ya que los aspectos subjetivos del bienestar a menudo influyen en los comportamientos y resultados medibles. Por ejemplo, la satisfacción o insatisfacción de un estudiante con su entorno escolar puede afectar directamente su motivación para asistir y participar en clases, lo que a su vez impacta su rendimiento académico. Por ello, las intervenciones para mejorar la calidad de vida escolar deben diseñarse con un entendimiento claro de cómo las estructuras escolares afectan personalmente a los estudiantes.

El modelo de Hascher también promueve la idea de que las escuelas deben ser ambientes de aprendizaje adaptativos que respondan a las necesidades individuales de los estudiantes, facilitando así un entorno más inclusivo y equitativo. Esto implica adaptar las estrategias pedagógicas y los sistemas de apoyo para abordar tanto necesidades grupales como individuales, y asegurar que todos los estudiantes, independientemente de sus antecedentes o capacidades, tengan las mismas oportunidades para alcanzar su máximo potencial.

En suma, el modelo de Hascher (2008) ofrece un marco comprensivo para evaluar y mejorar el bienestar estudiantil, insistiendo en la importancia de una aproximación holística que valore tanto las estadísticas educativas como las experiencias y opiniones personales de los estudiantes. Este enfoque no solo enriquece la comprensión del bienestar en el contexto escolar, sino que también facilita el desarrollo de políticas y prácticas educativas más efectivas y resonantes con las necesidades de los estudiantes.

2.4.5. Teoría de De Fraine, Van Landeghem, Van Damme y Onghena

El modelo desarrollado por De Fraine et al. (2005) ofrece una metodología avanzada para el estudio del bienestar estudiantil mediante el uso de modelos de curvas de crecimiento multinivel y modelos multivariados multinivel. Esta técnica permite a los investigadores captar y analizar la evolución del bienestar de los estudiantes a lo largo de su trayectoria educativa, considerando las variaciones individuales y las influencias contextuales de cada escuela. Al aplicar este enfoque, es posible identificar patrones y tendencias específicas que afectan el desarrollo estudiantil, proporcionando así una base sólida para intervenciones educativas más efectivas y personalizadas.

La utilidad de este modelo radica en su capacidad para discernir cómo diferentes factores como el ambiente escolar, las políticas educativas, las prácticas de enseñanza, y las interacciones sociales influyen en el bienestar de los estudiantes de manera diferencial a lo largo del tiempo. Esto es crucial porque permite a los educadores y administradores escolares entender no solo el estado actual del bienestar estudiantil, sino también cómo se desarrolla y evoluciona en respuesta a cambios en el entorno escolar y en las prácticas pedagógicas.

De Fraine y sus colegas subrayan que cualquier esfuerzo para mejorar la calidad de vida escolar debe ser adaptable y sensible a las necesidades cambiantes de los estudiantes. Esto implica que las intervenciones no solo deben ser adecuadas a la edad y al nivel educativo, sino también personalizadas para abordar las necesidades específicas de diferentes grupos de estudiantes. Al considerar la complejidad y la naturaleza multidimensional del bienestar estudiantil, este modelo promueve una aproximación holística que integra aspectos académicos, emocionales y sociales.

Además, este modelo también enfatiza la importancia de una evaluación continua y un monitoreo del bienestar estudiantil para ajustar las estrategias educativas conforme sea necesario. Esto es vital para asegurar que las intervenciones sean proactivas y basadas en evidencia, lo cual es esencial para una

gestión eficaz del ambiente escolar y para promover un desarrollo integral de los estudiantes.

En resumen, el enfoque de De Fraine et al. (2005) destaca la necesidad de entender el bienestar estudiantil desde una perspectiva amplia y dinámica, ajustando continuamente las estrategias educativas para responder a los hallazgos emergentes. Este enfoque no solo mejora la comprensión de los educadores sobre los factores que influyen en el bienestar estudiantil, sino que también facilita la creación de entornos de aprendizaje que apoyen de manera efectiva el desarrollo holístico de todos los estudiantes.

2.5. Dimensiones de la Calidad de Vida

Los autores Grimaldo et al. (2020), validaron un instrumento con propiedades psicométricas basado en el cuestionario de calidad de vida de Barnes y Olson, en un contexto estudiantil peruano. Este, presenta los siguientes componentes: Hogar, Medios de comunicación, Educación y ocio, Amigos, vecindario, comunidad, vida familiar y extensa, Economía, y Salud.

Se desarrollan cada uno de ellos a continuación:

2.5.1. Dimensión 01. Hogar

La dimensión del hogar en la vida de un estudiante juega un papel crítico no solo en su rendimiento académico sino también en su desarrollo emocional y social. Un ambiente hogareño que proporciona estabilidad y apoyo actúa como una base sólida para el crecimiento personal y educativo del estudiante. En un hogar estable y propicio, los estudiantes encuentran no solo un lugar seguro para estudiar y descansar, sino también un entorno en el que pueden sentirse comprendidos y apoyados en sus esfuerzos académicos y personales.

El acceso a un espacio tranquilo y adecuado para realizar tareas es fundamental. Este espacio debe estar equipado con los recursos necesarios, como una mesa de estudio, iluminación adecuada y materiales de aprendizaje accesibles,

lo cual facilita la concentración y la eficacia en el estudio. Igualmente, el apoyo emocional de los familiares es esencial, ya que los estudiantes a menudo enfrentan presiones y desafíos que pueden ser mitigados a través de una red de apoyo familiar sólida.

Además, un ambiente familiar libre de conflictos permite a los estudiantes centrarse mejor en sus estudios y menos en las preocupaciones domésticas. La armonía en el hogar fomenta un estado mental saludable que es propicio para el aprendizaje. En contraste, los conflictos y las tensiones familiares pueden distraer y disminuir el rendimiento académico.

La interacción positiva con los miembros de la familia también desempeña un papel crucial. Cuando los estudiantes sienten que sus logros son reconocidos y sus desafíos apoyados, esto fortalece su autoestima y confianza, lo que es vital para su éxito académico. Además, los padres y otros miembros de la familia pueden servir como modelos a seguir, influyendo en las actitudes y comportamientos de los estudiantes hacia el aprendizaje y la educación.

En conclusión, el hogar debe ser visto como un componente integral del ecosistema educativo de un estudiante. Un ambiente hogareño que promueva la seguridad, el apoyo y el estímulo no solo ayuda a los estudiantes a lograr sus objetivos académicos, sino que también les proporciona las herramientas emocionales y sociales necesarias para navegar los desafíos de la vida. Por lo tanto, es esencial que las familias y los educadores trabajen conjuntamente para crear y mantener un entorno que contribuya positivamente al desarrollo integral del estudiante.

2.5.2. Dimensión 02. Medios de Comunicación

La dimensión de los medios de comunicación en la vida educativa de los estudiantes abarca un amplio espectro de influencias, desde ser una rica fuente de información y conocimiento hasta actuar como una plataforma para el entretenimiento y la interacción social. Los medios de comunicación modernos, especialmente el internet y las plataformas digitales, ofrecen accesos inmediatos a

una vasta cantidad de recursos educativos como tutoriales en video, cursos en línea, y enciclopedias digitales, que pueden complementar y enriquecer el aprendizaje tradicional en el aula. Estas herramientas permiten a los estudiantes explorar áreas de interés personal a un ritmo que se adecue a sus necesidades individuales, potenciando un aprendizaje autodidacta y continuo.

Sin embargo, el uso de los medios de comunicación en la educación requiere de una gestión cuidadosa para maximizar sus beneficios y minimizar los riesgos asociados. La sobreexposición a los medios puede llevar a una sobrecarga de información, donde los estudiantes se sienten abrumados por la cantidad de contenido disponible, lo cual puede disminuir su capacidad para concentrarse y retener información valiosa. Además, las distracciones que ofrecen las redes sociales y otros entretenimientos en línea pueden disminuir significativamente el tiempo y la energía dedicados al estudio.

Es crucial, por tanto, implementar una supervisión efectiva del uso de los medios de comunicación por parte de los estudiantes. Los padres y educadores deben esforzarse por establecer límites saludables y guiar a los estudiantes sobre cómo utilizar estos recursos de manera efectiva. Esto incluye fomentar un enfoque crítico hacia la información consumida, ayudando a los estudiantes a desarrollar habilidades para discernir fuentes confiables y no confiables, y enseñarles a gestionar su tiempo online de manera que equilibre aprendizaje y ocio.

Además, es fundamental abordar los riesgos del acoso en línea y la comparación social, que son problemas prevalentes en las plataformas de redes sociales. Estos problemas pueden afectar negativamente la autoestima y el bienestar emocional de los estudiantes, y por tanto, es esencial educarlos sobre cómo manejar y reportar tales situaciones. La educación sobre la ciudadanía digital, que incluye el respeto por los demás y la importancia de mantener una huella digital positiva, es también una parte crucial de la formación de los estudiantes en la era digital.

En resumen, mientras que los medios de comunicación ofrecen oportunidades significativas para enriquecer la educación y el desarrollo personal de los estudiantes, su uso debe ser equilibrado y conscientemente integrado en su

experiencia educativa. Solo así se pueden aprovechar plenamente sus beneficios mientras se protege a los estudiantes de sus posibles desventajas.

2.5.3. Dimensión 03. Educación y Ocio

La dimensión de educación y ocio es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes, combinando dos aspectos fundamentales de la vida estudiantil que se complementan y refuerzan mutuamente. Una educación de calidad no solo proporciona los conocimientos académicos necesarios para el éxito profesional, sino que también desarrolla habilidades críticas como el pensamiento analítico, la resolución de problemas y la capacidad de comunicación efectiva. Estas habilidades son vitales no solo en el contexto académico, sino en todas las facetas de la vida personal y profesional del estudiante.

Por otro lado, las actividades de ocio, que pueden incluir deportes, artes, música y otros pasatiempos, desempeñan un papel crucial en el desarrollo emocional y físico de los estudiantes. Estas actividades proporcionan una vía para que los estudiantes expresen su creatividad, mejoren su salud física y gestionen el estrés de manera efectiva. Participar en deportes, por ejemplo, no solo ayuda a mantenerse físicamente activo, sino que también enseña valores importantes como el trabajo en equipo, la disciplina y la perseverancia.

La combinación de una educación robusta con oportunidades de ocio ricas y variadas crea un entorno de aprendizaje más dinámico y atractivo. Los estudiantes que tienen acceso a ambos aspectos tienden a estar más motivados, son más capaces de manejar el estrés y tienen mejor rendimiento académico. Además, las actividades de ocio pueden servir como un importante catalizador para explorar y desarrollar pasiones que pueden influir en las decisiones de carrera futura de los estudiantes.

Es importante que las instituciones educativas y los padres reconozcan la importancia de estas actividades y proporcionen el apoyo y los recursos necesarios para integrarlas efectivamente en la vida estudiantil. Esto puede incluir la implementación de programas después de la escuela, proporcionando instalaciones

adecuadas para diversas actividades de ocio, y fomentando una cultura escolar que valore y celebre tanto los logros académicos como los extracurriculares.

Además, es fundamental que los educadores y padres animen a los estudiantes a participar en una variedad de actividades, ayudándoles a encontrar un equilibrio saludable que fomente tanto el desarrollo personal como el académico. La habilidad de equilibrar el estudio con el tiempo de ocio no solo prepara a los estudiantes para los desafíos de la vida adulta, sino que también contribuye a su bienestar general y a su felicidad.

En conclusión, la educación y el ocio son pilares fundamentales en la formación de estudiantes bien redondeados y competentes. Un enfoque equilibrado hacia ambos puede mejorar significativamente la calidad de vida de los estudiantes y prepararlos mejor para las demandas del futuro.

2.5.4. Dimensión 04. Amigos, Vecindario, Comunidad, Vida Familiar y Extensa

La dimensión de las relaciones sociales, que abarca amigos, vecindario, comunidad y la vida familiar extensa, es crucial en el desarrollo de los estudiantes. Estas interacciones no solo ofrecen apoyo emocional y un sentido de seguridad, sino que también juegan un papel importante en el desarrollo social y emocional de los individuos. Los amigos, por ejemplo, ofrecen una fuente de confianza y diversión, pero también son cruciales para el desarrollo de habilidades interpersonales y de resolución de conflictos.

Por otro lado, la familia extensa, como abuelos, tías y tíos, puede proporcionar una capa adicional de soporte emocional y orientación. Estos lazos familiares también ofrecen a los estudiantes perspectivas alternativas y acceso a una red más amplia de recursos y experiencias, enriqueciendo su desarrollo social y emocional. Además, el vecindario y la comunidad local juegan un papel fundamental en modelar las experiencias de los jóvenes. Un vecindario seguro y activo puede proporcionar numerosas oportunidades para el engagement cívico y el voluntariado, actividades que no solo enriquecen la vida de los estudiantes, sino que también fomentan un fuerte sentido de pertenencia y responsabilidad comunitaria.

La participación en actividades comunitarias y escolares es esencial para fomentar un sentido de identidad y pertenencia en los jóvenes. Tales actividades pueden incluir deportes de equipo, clubes de arte, grupos de voluntariado y otras iniciativas comunitarias. A través de estos grupos, los estudiantes pueden desarrollar habilidades de liderazgo, aprender el valor de la cooperación y el trabajo en equipo, y cultivar una conexión con su comunidad que puede ser increíblemente gratificante.

Más aún, estos entornos sociales proporcionan a los jóvenes un foro para explorar y desarrollar su propia identidad. En el contexto de grupos de pares y actividades comunitarias, los estudiantes pueden experimentar con diferentes roles y comportamientos, lo que es vital para su crecimiento personal. Además, las interacciones positivas dentro de estos grupos pueden ayudar a contrarrestar los efectos de cualquier estrés académico o personal, proporcionando un espacio seguro para la expresión y el apoyo mutuo.

En resumen, amigos, familia, vecindario y comunidad son aspectos esenciales de la vida de un estudiante que complementan su educación formal y contribuyen a su bienestar general. La inversión en estas relaciones y en entornos de apoyo es crucial no solo para el desarrollo académico de los estudiantes, sino también para su crecimiento como individuos competentes y compasivos en la sociedad.

2.5.5. Dimensión 05. Economía

La dimensión económica juega un papel significativo en la educación y el desarrollo general de los estudiantes, aunque a menudo es menos visible que otros aspectos de su vida. La estabilidad económica de la familia influye directamente en numerosos aspectos del bienestar y las oportunidades educativas de los estudiantes. Por ejemplo, familias con recursos económicos adecuados pueden proporcionar no solo los materiales básicos como libros y útiles escolares, sino también tecnologías avanzadas y acceso a Internet, que son cada vez más indispensables para una educación moderna y competitiva.

Además, la situación económica de una familia puede determinar la calidad y la ubicación de la educación que los niños pueden recibir. Las familias con más recursos pueden permitirse enviar a sus hijos a escuelas privadas mejor equipadas o pagar por tutorías y cursos adicionales que enriquecen el aprendizaje del estudiante. Por otro lado, en familias con menos recursos, los estudiantes pueden enfrentar limitaciones que afectan no solo su acceso a materiales educativos, sino también su capacidad para participar en experiencias enriquecedoras como excursiones escolares, clubes de interés especial y deportes, que son vitales para un desarrollo integral.

La capacidad económica también impacta la capacidad de la familia para apoyar actividades extracurriculares como música, arte, y deportes, que son cruciales para el desarrollo de habilidades y talentos fuera del ámbito académico. Estas actividades no solo ayudan a desarrollar una variedad de habilidades prácticas y cognitivas, sino que también mejoran la autoestima y el bienestar emocional de los estudiantes.

Cuando las familias enfrentan dificultades económicas, los estudiantes pueden experimentar estrés adicional, preocupándose por problemas que van más allá de sus responsabilidades académicas. Este estrés puede afectar su rendimiento escolar y su capacidad para concentrarse en el aprendizaje. Por tanto, es crucial reconocer y abordar la importancia de la estabilidad económica en la vida educativa de los estudiantes.

Para mitigar estas desigualdades, sería beneficioso que las políticas educativas y las iniciativas comunitarias ofrecieran programas de apoyo que aseguren que todos los estudiantes, independientemente de su situación económica, tengan acceso a recursos educativos de calidad y oportunidades para participar en actividades enriquecedoras. Esto puede incluir programas de subsidios para materiales escolares, acceso a tecnologías de aprendizaje y becas para actividades extracurriculares. De este modo, se puede ayudar a nivelar el campo de juego para todos los estudiantes, permitiéndoles alcanzar su máximo potencial sin estar limitados por su contexto económico.

2.5.6. Dimensión 06. Salud

La salud, tanto física como mental, es una dimensión fundamental que impacta directamente en la capacidad de los estudiantes para alcanzar su máximo potencial académico y personal. Una salud óptima permite a los estudiantes mantener la concentración, energía y resistencia necesarias para enfrentar los desafíos del entorno educativo. El acceso a una nutrición adecuada es esencial, ya que una dieta equilibrada proporciona los nutrientes necesarios para el funcionamiento óptimo del cerebro y el cuerpo. La alimentación saludable no solo mejora la capacidad de concentración y aprendizaje, sino que también influye en el estado de ánimo y la energía general.

La actividad física regular es otro componente crucial para la salud estudiantil. El ejercicio no solo mejora la salud física, sino que también tiene beneficios significativos para la salud mental, incluyendo la reducción del estrés, la ansiedad y la depresión. Las escuelas que facilitan y promueven la actividad física regular a través de deportes y recreo activo ayudan a sus estudiantes a mantener un estilo de vida saludable y a mejorar su bienestar psicológico.

Además, el acceso a servicios de salud mental es igualmente importante. Los estudiantes de hoy enfrentan numerosas presiones que pueden afectar su salud mental, incluyendo el estrés académico, problemas sociales y posiblemente problemas familiares en casa. Las escuelas que ofrecen servicios de salud mental integrados, como consejería y terapia, proporcionan un recurso invaluable para detectar y tratar problemas de salud mental en una etapa temprana. Estos servicios no solo ayudan a manejar condiciones existentes, sino que también ofrecen estrategias de prevención y habilidades de afrontamiento que son cruciales para el desarrollo saludable de los jóvenes.

Los programas de bienestar escolar que integran la educación sobre salud, actividades físicas y apoyo mental crean un entorno que respalda el desarrollo holístico de los estudiantes. Estos programas pueden incluir iniciativas como desayunos escolares saludables, talleres sobre nutrición, campañas de concienciación sobre la salud mental y más. Al hacer de la salud una prioridad, las

escuelas no solo contribuyen al éxito educativo de los estudiantes, sino que también establecen las bases para hábitos de vida saludables que pueden durar toda la vida.

En conclusión, la salud es una piedra angular del éxito y la calidad de vida de los estudiantes. Las escuelas desempeñan un papel crucial al proporcionar el acceso y los recursos necesarios para apoyar tanto la salud física como mental de sus estudiantes. Al hacerlo, no solo están invirtiendo en el éxito académico de los estudiantes, sino también en su bienestar general y futuro éxito personal.

Capítulo III

Fundamento Teórico Científico de la Variable Bienestar Emocional

3.1. Definiciones de Bienestar Emocional

Según Seligman (2017), el bienestar emocional es multifacético e incluye emociones positivas, compromiso, relaciones significativas, sentido de propósito y logros. Esta visión es holística y sugiere que el bienestar emocional no se trata simplemente de sentirse bien, sino de vivir una vida rica y plena en varios aspectos. Las emociones positivas contribuyen a la satisfacción general, mientras que el compromiso y el logro refuerzan la autoestima y el crecimiento personal. Las relaciones significativas y el sentido de propósito proporcionan profundidad y conexión, aspectos fundamentales para un bienestar emocional duradero.

Para, Deci y Ryan (2008) el bienestar emocional se deriva de la satisfacción de tres necesidades psicológicas fundamentales: autonomía, competencia y relación. Su teoría sugiere que el bienestar surge cuando las personas se sienten libres de ser ellas mismas, capaces en sus actividades y conectadas con otros. Esta perspectiva subraya la importancia de un entorno que respalde la autonomía individual, fomente las habilidades y fortalezca las relaciones interpersonales como pilares del bienestar emocional.

Asimismo, Diener (2000) centra su definición de bienestar emocional en la experiencia cotidiana de emociones, tanto positivas como negativas. Según él, el bienestar emocional se mide por la frecuencia y la intensidad con la que las personas experimentan estas emociones. Esta aproximación pone un fuerte énfasis en el equilibrio emocional y en la capacidad de gestionar eficazmente las emociones negativas para maximizar las positivas, resaltando la dinámica fluctuante de las emociones en la vida diaria.

Ryff y Keyes (1995), describen el bienestar emocional como una parte integral de un concepto más amplio de bienestar psicológico. Su modelo incluye seis dimensiones que abarcan desde la autonomía y las relaciones positivas hasta el dominio del entorno y el crecimiento personal. Este enfoque es integral y reconoce que el bienestar emocional está intrínsecamente vinculado con la realización personal y la adaptación psicológica.

Fredrickson (2001) introduce la teoría de las emociones positivas, enfatizando que el bienestar emocional resulta de la experiencia de emociones positivas frecuentes y la resiliencia frente a las negativas. Su teoría destaca la importancia de cultivar emociones positivas no solo para sentirse bien momentáneamente, sino como un medio para construir recursos psicológicos a largo plazo que faciliten la recuperación de adversidades.

Cada una de estas definiciones ofrece una visión valiosa del bienestar emocional, pero varían en su enfoque y énfasis. Seligman ofrece una visión amplia que abarca varios componentes de una vida plena, mientras que Deci y Ryan se centran en la satisfacción de necesidades psicológicas básicas como fundamento del bienestar. Diener enfatiza la experiencia emocional diaria, Ryff y Keyes integran el bienestar emocional en un marco de bienestar psicológico más amplio, y Fredrickson destaca el papel transformador de las emociones positivas.

La elección de la definición más idónea puede depender del contexto de aplicación. Sin embargo, para un entendimiento integral que fomente tanto el desarrollo personal como la adaptación psicológica, el modelo de Ryff y Keyes puede ser el más completo, ya que no solo considera el equilibrio emocional sino también cómo este se integra en un marco más amplio de bienestar psicológico. Esta definición permite abordar el bienestar emocional desde múltiples dimensiones, lo que es crucial para aplicaciones prácticas en entornos educativos, terapéuticos y de investigación.

3.2. Importancia del Bienestar Emocional

De acuerdo a Seligman (2011), el bienestar emocional es esencial para la vida humana, ya que afecta directamente cómo las personas piensan, sienten y actúan en su vida diaria. En su libro “Flourish”, Seligman explica que el bienestar emocional no solo se trata de la ausencia de enfermedad o trastornos emocionales, sino de la presencia de emociones positivas, compromiso, relaciones significativas, sentido de propósito y logros, componentes de su modelo PERMA.

El bienestar emocional influye en la percepción que tiene la gente de su propia vida. Las emociones positivas, como la felicidad, la gratitud y el optimismo, no solo mejoran la calidad de vida, sino que también contribuyen a la salud física y mental. Seligman (2017), resalta que las personas con altos niveles de bienestar emocional tienden a tener sistemas inmunológicos más fuertes, menores tasas de enfermedades cardíacas y una vida más larga. Estos individuos suelen enfrentarse a los desafíos y adversidades con mayor resiliencia, viendo los contratiempos como oportunidades de aprendizaje y crecimiento.

El compromiso, otro aspecto del bienestar emocional, se refiere a estar totalmente inmerso en actividades que son gratificantes y desafiantes, llevando a las personas a experimentar un estado de flujo. Este estado de absorción en una tarea que desafía las habilidades de uno puede generar una sensación de logro y satisfacción que contribuye al bienestar general. Las relaciones significativas son cruciales para el bienestar emocional. Seligman argumenta que las conexiones humanas profundas y positivas proporcionan apoyo, amor y un sentido de pertenencia, todos los cuales son fundamentales para la felicidad y la satisfacción con la vida. Estas relaciones fortalecen la resiliencia emocional, permitiendo a las personas navegar por los desafíos de la vida con mayor apoyo y comprensión (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

El sentido de propósito, o sentir que la vida tiene significado, es otro pilar importante en el modelo de Seligman. Tener claros los objetivos y aspiraciones proporciona a las personas una dirección y motiva acciones alineadas con sus valores y creencias personales, lo cual es una fuente vital de satisfacción y bienestar

emocional. En suma, el logro o la sensación de éxito y competencia es esencial para el bienestar emocional. Finalmente, alcanzar metas personales y superar desafíos fomenta la autoestima y el sentimiento de eficacia personal (Seligman, 2011).

3.3. Características del Bienestar Emocional

Siguiendo el enfoque de Keyes (2002), el bienestar emocional se caracteriza por la experiencia de emociones positivas y la ausencia de emociones negativas, y se entiende en un contexto más amplio de salud mental y bienestar subjetivo. El autor propone las características siguientes:

Primeramente, la satisfacción con la vida es un componente fundamental del bienestar general y se refiere a la evaluación global que una persona hace de su vida. Esta evaluación implica una reflexión profunda sobre sus logros, circunstancias actuales, y condiciones de vida, ponderándolos contra sus expectativas y estándares personales. Este juicio cognitivo abarca varios dominios de la vida, incluyendo la salud personal, la carrera profesional, las relaciones sociales y la estabilidad financiera. La satisfacción con la vida es una medida subjetiva, pero crucial, que indica el grado en que una persona siente que su vida ha sido fructífera y cumple con lo que ella considera fundamental. Este concepto es vital ya que proporciona un marco para entender el éxito personal y es un indicador predictivo de comportamientos saludables y productivos. Al medir la satisfacción con la vida, los investigadores y profesionales pueden obtener una visión clara del estado de bienestar de una persona, lo cual es esencial para diseñar intervenciones que promuevan una mayor calidad de vida.

Por otro lado, la experiencia regular de emociones positivas como la felicidad, el contento, el entusiasmo y el amor juega un papel fundamental en la promoción del bienestar emocional. Estas emociones no solo enriquecen la experiencia diaria de la vida, sino que también fomentan una perspectiva más optimista y resiliente. Al experimentar emociones positivas con regularidad, las personas pueden mejorar su salud mental y física, potenciar su creatividad y aumentar su capacidad para resolver problemas y enfrentar adversidades. Además,

las emociones positivas facilitan la construcción de relaciones sociales fuertes y significativas, que son esenciales para el apoyo emocional y el enriquecimiento personal. Cultivar estos sentimientos puede ayudar a crear un ciclo virtuoso de emociones y acciones positivas que refuerza el bienestar y promueve un sentido más profundo de satisfacción y propósito en la vida.

Asimismo, la ausencia de emociones negativas es menester. Aunque las emociones negativas son una parte normal y ocasional de la experiencia humana, su baja frecuencia es indicativa de un buen bienestar emocional. Emociones como la tristeza, la ira o el miedo, cuando son infrecuentes y bien gestionadas, no obstaculizan significativamente la calidad de vida. La capacidad para manejar efectivamente estas emociones negativas, evitando que dominen el estado de ánimo general, es esencial para el mantenimiento de un bienestar emocional sostenible. Técnicas como la atención plena, la terapia cognitiva y la regulación emocional son herramientas útiles que pueden ayudar a las personas a procesar y responder a las emociones negativas de manera constructiva y saludable, evitando que causen estrés prolongado o disminución del bienestar.

La resiliencia emocional es la capacidad de recuperarse rápidamente de eventos estresantes o adversidades. Esta habilidad es crucial para mantener una estabilidad emocional y psicológica, permitiendo a las personas adaptarse a cambios y desafíos sin perder su equilibrio emocional. Los individuos resilientes no solo superan los contratiempos, sino que a menudo emergen de ellos más fuertes y con nuevas habilidades. Esta fortaleza emocional facilita una vida más activa y comprometida, en la que los desafíos se ven como oportunidades para el crecimiento personal y el aprendizaje. Cultivar la resiliencia emocional puede implicar desarrollar una red de apoyo sólida, practicar el optimismo, y mantener hábitos de vida saludables que juntos forman una base para superar las adversidades de manera efectiva.

Asimismo, la autonomía emocional se refiere a la capacidad de una persona para mantener su estabilidad emocional y su satisfacción con la vida, independientemente de las influencias y opiniones externas. Esta característica de bienestar emocional es fundamental, ya que permite a los individuos vivir de

acuerdo con sus valores y creencias sin depender excesivamente de la aprobación o aceptación de otros. Las personas con alta autonomía emocional son capaces de enfrentar desafíos y tomar decisiones con confianza, preservando su bienestar a pesar de las circunstancias externas potencialmente adversas. Este rasgo es especialmente importante en una sociedad que a menudo valora el éxito y los estándares de felicidad que pueden no alinearse necesariamente con las necesidades o deseos individuales. Al fomentar la autonomía emocional, las personas pueden proteger su bienestar emocional y vivir una vida más auténtica y cumplida (Keyes, 2002).

3.4. Teorías Referentes al Bienestar Social

Una vez revisada la literatura en relación, se identifican a continuación los principales modelos teóricos que tratan de explicar los factores condicionantes del bienestar emocional desde el enfoque de diversos autores reconocidos:

3.4.1. *Teoría Hedonista*

La teoría hedonista, tal como la describen Seligman y Csikszentmihalyi (2000), se centra en la importancia de las emociones positivas y las experiencias placenteras como elementos esenciales para alcanzar el bienestar y una alta calidad de vida. Esta perspectiva sugiere que el objetivo fundamental de la vida humana es maximizar el placer y minimizar el dolor, argumentando que las sensaciones de felicidad y disfrute derivadas de experiencias agradables son cruciales para una existencia satisfactoria.

En la teoría hedonista, el amor, el placer, la felicidad y el disfrute no solo enriquecen la vida, sino que constituyen su propósito principal. Este enfoque postula que la búsqueda consciente de estas emociones positivas y la satisfacción de los deseos personales forman la base de una vida plena y significativa. Por lo tanto, las actividades que proporcionan placer instantáneo o gratificación a corto plazo son valoradas altamente, ya que contribuyen directamente a este fin último.

La relevancia de minimizar el dolor y el sufrimiento también es un pilar de esta teoría. Dentro del marco hedonista, se considera que evitar el dolor es igualmente importante que buscar el placer. Así, las estrategias que ayudan a reducir o eliminar las experiencias negativas son fundamentales para mejorar la calidad de vida general de un individuo. Esto incluye no solo el manejo de las emociones negativas y el estrés, sino también la creación de entornos que promuevan el bienestar físico y mental.

Además, la teoría hedonista implica una evaluación continua de las experiencias y decisiones personales a la luz de cómo afectan el equilibrio emocional de una persona. Implica un enfoque pragmático y a menudo personalizado de la vida, donde cada individuo evalúa qué situaciones y actividades maximizan su propio placer y minimizan su dolor.

Este enfoque ha sido objeto de críticas y elogios en el campo de la psicología positiva. Si bien proporciona una ruta clara y directa hacia la felicidad a través de la satisfacción de los deseos inmediatos, algunos críticos argumentan que puede llevar a una búsqueda interminable y a menudo superficial de gratificación instantánea, potencialmente ignorando las recompensas de actividades que requieren esfuerzo sostenido o sacrificio a corto plazo que puede conducir a una satisfacción más profunda y duradera. Sin embargo, sigue siendo una teoría influyente en el estudio del bienestar, destacando la importancia de las emociones positivas y la satisfacción personal como componentes esenciales de una vida buena.

3.4.2. *Teoría de la Satisfacción de los Deseos*

Layard (2005), sitúa la satisfacción de deseos y preferencias en el centro de su conceptualización del bienestar. Según esta teoría, el bienestar individual se logra fundamentalmente cuando las personas son capaces de obtener lo que desean, sean cuales sean esos deseos. Esta perspectiva es significativa porque no sólo valora las necesidades básicas, sino que también pone énfasis en las aspiraciones más

subjetivas y personales de cada individuo, destacando la importancia de la autonomía y la libertad de elección en la búsqueda del bienestar personal.

El modelo de Layard sugiere que el bienestar se alcanza en su máxima expresión cuando las personas tienen las oportunidades y recursos necesarios para perseguir sus propios intereses y pasiones. Esta capacidad para satisfacer deseos propios se ve influenciada por una variedad de factores socioeconómicos y culturales que pueden facilitar o restringir la autonomía individual. Por ejemplo, el acceso a la educación, la estabilidad económica, y un entorno social y político que respalde la libertad de expresión son fundamentales para que los individuos puedan realmente perseguir y alcanzar sus deseos.

La teoría también implica que para que el bienestar sea genuino y duradero, las personas deben tener la capacidad de identificar y comprender sus propios deseos. Esto incluye no solo reconocer lo que uno quiere en el corto plazo, sino también comprender cómo estos deseos se alinean con los valores personales y las metas a largo plazo. Además, sugiere que las instituciones sociales, como las escuelas y los lugares de trabajo, deberían apoyar a las personas en este proceso de auto-descubrimiento y realización personal, proporcionando las herramientas y el entorno necesario para que cada persona pueda explorar y desarrollar sus propios intereses y capacidades.

Además, la teoría de la satisfacción de los deseos reconoce la complejidad del bienestar humano al aceptar que lo que constituye una “vida buena” varía enormemente entre individuos. Al centrarse en la satisfacción personalizada de deseos, Layard ofrece una visión inclusiva y flexible del bienestar, que permite múltiples caminos hacia la realización personal y destaca la importancia de respetar y fomentar la diversidad de aspiraciones y estilos de vida entre las personas. Esta teoría, por lo tanto, no solo es relevante para entender el bienestar individual, sino que también tiene implicaciones significativas para las políticas públicas y sociales que buscan promover una sociedad más feliz y satisfecha.

3.4.3. Teoría de una Buena Vida

Ryff (1989), plantea una visión integral y profunda del bienestar, centrandose en su enfoque en la realización de ideales normativos que son esenciales para una vida plena y significativa. Según Ryff, el bienestar no se trata simplemente de cumplir con los deseos personales o de experimentar placeres pasajeros, sino que es fundamentalmente una cuestión de vivir de acuerdo con principios y valores profundamente arraigados, como la autodeterminación y la autonomía.

Ryff propone que el bienestar óptimo se alcanza cuando las personas tienen la libertad y la capacidad de tomar decisiones que no solo indican sus deseos personales, sino que también resuenan con sus valores más profundos. Esto incluye la capacidad de participar en actividades que son esenciales para su desarrollo personal y para alcanzar su potencial máximo. Desde esta perspectiva, una vida buena es aquella en la que los individuos pueden realizar actividades que enriquecen su existencia, les permiten crecer y desarrollarse, y les proporcionan un sentido de propósito y dirección.

Esta teoría pone un fuerte énfasis en la autonomía personal, entendida no solo como la libertad de elegir, sino también como la capacidad de actuar en base a decisiones informadas y reflexivas. Ryff sugiere que el bienestar se ve reforzado cuando las personas viven en entornos que apoyan su crecimiento y les ofrecen oportunidades para aprender, cambiar y desarrollarse. Esto implica una interacción entre las capacidades individuales y las oportunidades que el entorno ofrece para ejercer esas capacidades de manera efectiva y satisfactoria.

Además, Ryff destaca que una buena vida implica la integración de múltiples aspectos del ser, incluyendo la salud física, mental, emocional y social. Cada uno de estos componentes contribuye al bienestar general de la persona y es crucial para su calidad de vida. Por lo tanto, una buena vida requiere un enfoque holístico que abarque todas estas áreas, asegurando que se satisfagan las necesidades básicas y se fomenten las condiciones que permiten a las personas vivir de acuerdo con sus ideales y aspiraciones más elevadas.

En resumen, la teoría de una Buena Vida de Ryff ofrece una perspectiva rica y detallada del bienestar, que va más allá de la satisfacción inmediata y aboga por una vida que esté en consonancia con ideales de autorrealización y libertad. Esta visión no solo es más comprensiva sino también más desafiante, ya que pide una reflexión continua sobre cómo las elecciones y las circunstancias de vida se alinean con los principios personales y colectivos de una existencia ética y plena.

3.4.4. *Teoría de la Comparación Social*

Festinger (1954), sugiere que el bienestar y la autoevaluación de las personas están profundamente influenciados por las comparaciones que hacen con los demás. Esta teoría sostiene que los individuos tienen una tendencia innata a evaluarse a sí mismos en relación con otros para determinar su propio valor social y personal. Las comparaciones pueden centrarse en una variedad de aspectos, incluyendo habilidades, logros, estatus social, bienestar físico y emocional, entre otros.

Según esta teoría, cuando las personas se comparan con otras que perciben como estando mejor que ellas mismas, pueden experimentar sentimientos de envidia, inferioridad o descontento, lo que puede llevar a una disminución de la autoestima y del bienestar emocional. Por el contrario, compararse con aquellos que están peor puede llevar a sentimientos de superioridad y un aumento temporal en la autoestima. Sin embargo, este último tipo de comparación también puede causar culpa o una reflexión crítica sobre la propia fortuna, lo cual puede afectar negativamente el bienestar emocional.

La teoría de la comparación social también enfatiza cómo la percepción del estatus relativo en la sociedad puede afectar la satisfacción general con la vida. Las personas no solo se comparan con sus pares inmediatos, sino también con ideales o normas sociales más amplias que a menudo son influenciadas por los medios de comunicación y la cultura popular. Esta exposición constante a estilos de vida idealizados y logros excepcionales puede establecer estándares poco realistas que

la mayoría de las personas no pueden alcanzar, llevando a sentimientos de insatisfacción y desilusión con la propia vida.

Además, la teoría subraya la importancia de las normas sociales y el contexto cultural en la forma en que las personas llevan a cabo sus comparaciones. Por ejemplo, en culturas que valoran altamente la independencia y el éxito personal, las comparaciones son frecuentemente orientadas hacia logros individuales y autonomía. En contraste, en culturas que enfatizan la comunidad y la interdependencia, las comparaciones pueden centrarse más en las contribuciones al bienestar grupal y las relaciones interpersonales.

Este enfoque proporciona una comprensión útil de por qué las personas a menudo experimentan fluctuaciones en su autoestima y bienestar emocional, basadas en su percepción de cómo se comparan con otros. A pesar de que la comparación social puede ser un proceso automático y a veces útil para la evaluación personal, también puede conducir a distorsiones en la autoimagen y afectar negativamente la salud mental si no se maneja cuidadosamente. Por lo tanto, desarrollar una conciencia de cómo estas comparaciones influyen en nuestros sentimientos y comportamientos es crucial para fomentar un bienestar emocional más estable y satisfactorio.

3.4.5. Teoría de la Subjetividad

Diener (1984), ofrece un enfoque introspectivo y personalizado hacia el bienestar, destacando que la calidad de vida es fundamentalmente una experiencia individual que se construye a partir de las percepciones y evaluaciones internas de cada persona. Según esta teoría, lo que constituye una vida buena o satisfactoria varía enormemente de una persona a otra, dependiendo de cómo cada uno interpreta y reacciona ante sus circunstancias personales y el entorno más amplio.

Diener sugiere que las experiencias de vida, las creencias, los valores y las expectativas juegan roles cruciales en cómo las personas evalúan su bienestar. Por ejemplo, dos personas pueden enfrentar la misma situación difícil, pero su percepción del bienestar puede diferir significativamente dependiendo de sus

actitudes personales, sus estrategias de afrontamiento y sus sistemas de apoyo. Esto indica que el bienestar no se puede medir simplemente en términos objetivos o mediante indicadores externos, sino que debe ser entendido a través de la lente de la experiencia subjetiva.

Esta perspectiva pone énfasis en la importancia de la agencia personal y la autonomía en la evaluación del bienestar. Proporciona a los individuos la capacidad de definir lo que significa el éxito y la satisfacción en sus propios términos, liberándolos de las expectativas y normas sociales que pueden no alinearse con sus deseos y necesidades personales. De esta forma, la teoría de la subjetividad reconoce la diversidad de la experiencia humana y fomenta un enfoque más inclusivo y flexible hacia la definición y el logro del bienestar.

Además, esta teoría implica que las políticas públicas y las intervenciones destinadas a mejorar el bienestar deberían considerar la pluralidad de las perspectivas y experiencias individuales. En lugar de imponer un único estándar de qué es una “vida buena”, los programas y políticas deberían facilitar entornos en los que las personas puedan perseguir sus propios objetivos de bienestar de acuerdo con sus valores y circunstancias únicas.

Finalmente, la teoría de la subjetividad también plantea desafíos, especialmente en cómo abordar las discrepancias entre la percepción individual y las condiciones objetivas de vida. Por ejemplo, alguien puede percibirse a sí mismo como bien a pesar de enfrentar adversidades objetivas, lo que puede llevar a la desatención de necesidades materiales o psicológicas críticas. Por lo tanto, mientras que esta teoría valora la interpretación personal, también subraya la necesidad de un equilibrio entre entender las perspectivas subjetivas y atender a las realidades objetivas que afectan el bienestar.

3.4.6. Teoría de la Observación de la Propia Vida y de la Propia Realidad

Propuesta inicialmente por Kahneman y Tversky (1979), constituye un pilar fundamental en la comprensión de cómo las personas perciben y valoran su bienestar emocional y su calidad de vida. Los autores destacan que el acto de

autoobservación no es meramente un proceso introspectivo, sino que implica una evaluación constante y comparativa de nuestras experiencias en relación con las de otros. Este enfoque sugiere que nuestra satisfacción vital no se mide en un vacío, sino en contra del telón de fondo de las experiencias ajenas, lo cual puede influenciar significativamente nuestra percepción de la felicidad y la realización personal.

El concepto se basa en la idea de que los seres humanos no solo experimentan su realidad de manera directa, sino que también la procesan a través de un filtro de autoconciencia y reflexión. Este proceso de reflexión permite a las personas no solo reconocer y analizar sus estados emocionales, sino también compararlos con lo que perciben como normativo o deseable dentro de su contexto social y cultural. Por tanto, la autoobservación se convierte en un mecanismo a través del cual se pueden recalibrar las expectativas personales y los objetivos de vida en respuesta a los cambios en el entorno o en las circunstancias personales.

Los autores también exploran cómo la memoria juega un papel crucial en la evaluación del bienestar. Según su teoría, las personas tienden a recordar y a dar mayor peso a ciertos tipos de experiencias, especialmente aquellas que son emocionalmente intensas o significativas dentro de su narrativa personal. Esto puede llevar a una distorsión en la percepción del bienestar pasado y presente, ya que los recuerdos no siempre son representativos de la totalidad de nuestras experiencias.

Además, este enfoque se entrelaza con la teoría del “yo recordado” versus el “yo experiencial”. El primero se refiere a cómo recordamos nuestras experiencias y cómo estas memorias configuran nuestra visión de la vida y de nosotros mismos, mientras que el segundo se centra en las experiencias en el momento presente. La discrepancia entre estos dos “yo” puede ser fuente de conflicto interno y descontento, lo que también se considera dentro de los estudios sobre la felicidad y la satisfacción vital.

La Teoría de la Observación de la Propia Vida y de la Propia Realidad también resalta la importancia de los puntos de referencia en la evaluación subjetiva del bienestar. Los individuos tienden a usar comparaciones sociales como un marco

de referencia para juzgar sus propias vidas, lo cual puede tener tanto efectos positivos como negativos en su percepción del bienestar. Por ejemplo, la comparación con aquellos que consideramos menos afortunados puede aumentar nuestra propia percepción de satisfacción y éxito, mientras que compararnos con aquellos que percibimos como más exitosos puede conducir a sentimientos de insuficiencia y desdicha.

La teoría propuesta por Kahneman y Tversky abre una ventana importante al entendimiento de cómo las personas construyen su realidad emocional y cómo la reflexión personal, la memoria y las comparaciones sociales juegan roles cruciales en la configuración de nuestra percepción del bienestar y la calidad de vida. Este marco teórico no solo es relevante para la psicología positiva, sino también para las áreas de la sociología, la economía del comportamiento y la política pública, donde el entendimiento del bienestar humano puede informar políticas más efectivas y orientadas hacia la mejora de la calidad de vida de las personas.

3.4.7. *Teoría de la Actividad*

Propuesta por Csikszentmihalyi (1990), es una perspectiva influyente en la psicología del bienestar que sugiere que el bienestar subjetivo se alcanza mejor mediante el compromiso con actividades que son tanto significativas como absorbentes. Csikszentmihalyi argumenta que cuando las personas se involucran de manera profunda en actividades que desafían sus habilidades y al mismo tiempo están alineadas con sus intereses personales, experimentan un estado de flujo, también conocido como “estar en la zona”. Este estado se caracteriza por un enfoque completo y disfrute en la actividad en cuestión, acompañado de una temporalidad distorsionada y una reducción de la autoconciencia.

La teoría subraya la importancia de la autodeterminación y la autorrealización en la búsqueda del bienestar. Las actividades que fomentan el flujo deben ser desafiantes pero alcanzables; demasiada facilidad puede llevar al aburrimiento, mientras que tareas demasiado difíciles pueden generar ansiedad y

frustración. El equilibrio entre habilidad y desafío es crucial y facilita un compromiso más profundo y sostenido.

Sin embargo, el autor también reconoce que el contexto en el que una persona vive juega un papel crucial en cómo se experimenta el flujo. Factores sociales, económicos y culturales pueden influenciar o restringir las oportunidades de una persona para participar en actividades que inducen el flujo. Por ejemplo, la falta de recursos, el acceso limitado a la educación o un entorno laboral restrictivo pueden impedir que una persona encuentre actividades que coincidan con sus capacidades y pasiones.

Además, la teoría contempla la dimensión temporal del bienestar. Las actividades que proporcionan satisfacción inmediata no siempre contribuyen al bienestar a largo plazo. Es crucial que las actividades no solo sean gratificantes en el momento, sino que también se alineen con los valores y metas a largo plazo de un individuo para fomentar un sentido de propósito y dirección en la vida.

Otro aspecto relevante es la influencia de las relaciones interpersonales en la experiencia de actividades significativas. La interacción y el apoyo social pueden enriquecer la experiencia de flujo y aumentar su impacto en el bienestar subjetivo. El reconocimiento y el apoyo de los demás pueden intensificar el valor de las actividades y promover un compromiso más profundo.

La Teoría de la Actividad no solo reconoce la importancia de la participación en actividades significativas para el bienestar subjetivo, sino que también destaca la complejidad de los factores que facilitan o impiden tales experiencias. La capacidad de una persona para acceder y disfrutar de actividades que inducen el flujo es una intersección de sus habilidades personales, su entorno social y económico, y sus metas y valores a largo plazo. Esta teoría ofrece una comprensión robusta del bienestar que va más allá de la simple acumulación de experiencias placenteras, enfocándose en cómo las actividades pueden ser una fuente de satisfacción, crecimiento y realización personal.

3.5. Dimensiones del Bienestar Emocional

Omar et al. (2009), adaptaron un constructo el cual fue validado para su aplicabilidad en el contexto de jóvenes adolescentes. Este, manifiesta que hay 06 factores o dimensiones que caracterizan al bienestar emocional. Cada uno se describe a continuación:

3.5.1. Dimensión 01. Bienestar Vinculado a Expectativas y Logros

Se centra en cómo el cumplimiento de metas personales y la realización personal contribuyen al bienestar emocional. Esta dimensión enfatiza la importancia de la capacidad de un individuo para establecer metas que no solo sean desafiantes, sino también alcanzables, creando un equilibrio que permite el crecimiento personal y la satisfacción. Al alcanzar estas metas, las personas experimentan una mayor sensación de competencia y eficacia personal, lo cual es esencial para el fortalecimiento de la autoestima.

La alineación entre las aspiraciones y las capacidades es crucial en este proceso. Cuando las metas personales están en armonía con las habilidades y recursos del individuo, el camino hacia su logro es más gratificante y menos frustrante. Esta congruencia no solo aumenta la probabilidad de éxito, sino que también minimiza los sentimientos de insuficiencia y desánimo que pueden surgir de objetivos poco realistas o inalcanzables.

Este aspecto del bienestar emocional también tiene en cuenta la relevancia de los logros en diferentes ámbitos de la vida, como lo personal, académico y profesional. En cada uno de estos contextos, los logros cumplen una función diferenciada pero complementaria. Por ejemplo, en el ámbito académico, el éxito puede definirse por la obtención de buenos resultados en los estudios o el reconocimiento de pares y profesores, mientras que en el ámbito profesional, puede estar relacionado con el avance en la carrera, aumentos salariales o el reconocimiento de competencias.

Además, la satisfacción derivada de los logros obtenidos juega un papel vital en cómo las personas perciben su calidad de vida y su bienestar emocional general. Esta satisfacción no es un mero resultado de alcanzar la meta, sino que también se nutre del proceso empleado para alcanzar dichos logros. El compromiso con el proceso, la capacidad para superar obstáculos y la perseverancia frente a los desafíos son factores que enriquecen la experiencia de logro y aumentan el impacto positivo en el bienestar emocional.

La retroalimentación positiva, tanto interna como externa, también fortalece esta dimensión del bienestar. La autoevaluación positiva y el reconocimiento de otros son confirmaciones esenciales que refuerzan la autoestima y motivan a la persona a establecer y perseguir nuevas metas. Además, el apoyo social, ya sea de amigos, familiares o colegas, proporciona un marco de seguridad emocional que permite a las personas enfrentarse a retos más grandes y ambiciosos.

Es importante reconocer que el bienestar vinculado a expectativas y logros no es estático. Las personas pueden ajustar sus aspiraciones y definiciones de éxito a lo largo de la vida, en respuesta a cambios en sus circunstancias personales, profesionales y sociales. Estos ajustes son parte de un proceso dinámico de autoconocimiento y adaptación, que mantiene relevante y actualizada la búsqueda de bienestar personal y emocional en un mundo en constante cambio. La capacidad de reevaluar y redefinir los objetivos personales es, por tanto, una habilidad crucial para mantener el equilibrio emocional y la satisfacción en la vida.

3.5.2. *Dimensión 02. Confianza para Afrontar Dificultades*

Subraya la importancia crítica de la resiliencia en la vida diaria de las personas. Esta capacidad de resistir, gestionar y superar los desafíos y adversidades es fundamental para el desarrollo emocional y psicológico. La confianza en la propia capacidad para enfrentar y superar obstáculos no solo emerge de la nada; se construye a partir de una serie de experiencias pasadas y el aprendizaje constante derivado de enfrentar y adaptarse a diversas situaciones difíciles.

Esta dimensión implica la creencia en la propia eficacia, que se refuerza a través del éxito en superar adversidades previas. La memoria de estos éxitos actúa como un catalizador que fortalece la autoconfianza, permitiendo a las personas enfrentarse a nuevos retos con una mayor sensación de control y competencia. Además, la habilidad para aprender de los errores y no dejarse abatir por los fracasos es esencial en la construcción de un carácter resiliente. Esta capacidad de adaptación es lo que permite a las personas no solo sobrevivir, sino prosperar incluso en circunstancias adversas.

La confianza para manejar situaciones estresantes o negativas también se nutre del desarrollo de habilidades específicas, como la regulación emocional, la solución de problemas y la comunicación efectiva. Estas habilidades son críticas para manejar la incertidumbre y los desafíos de manera efectiva. Al mejorar estas capacidades, las personas pueden transformar su enfoque de reactividad en uno de proactividad, anticipándose a los problemas potenciales y manejándolos con mayor eficacia.

Asimismo, el soporte social juega un papel crucial en esta dimensión del bienestar. El apoyo de amigos, familiares y colegas proporciona un colchón emocional que puede hacer la diferencia en cómo se afrontan las dificultades. Saber que uno cuenta con una red de apoyo fiable puede aumentar significativamente la confianza en la capacidad para manejar desafíos, ya que proporciona recursos adicionales de conocimiento, consejos, o simplemente una presencia reconfortante.

En un plano más profundo, la confianza para afrontar dificultades está también conectada con una perspectiva positiva de la vida. Mantener una actitud optimista ante los desafíos puede cambiar radicalmente la manera en que se enfrentan las adversidades. Una mentalidad positiva fomenta la creatividad y la apertura a nuevas soluciones, además de reducir el impacto emocional negativo de los contratiempos.

En resumen, la confianza para afrontar dificultades es una amalgama de experiencias pasadas, habilidades adquiridas, apoyo social y actitudes positivas. Esta dimensión del bienestar no solo contribuye al equilibrio emocional y estabilidad psicológica, sino que también empodera a las personas para tomar

control de sus vidas, enfrentar los desafíos con determinación, y seguir adelante incluso en las circunstancias más difíciles. A medida que las personas desarrollan y fortalecen esta confianza, se vuelven más capaces de manejar lo inesperado y transformar los obstáculos en oportunidades para el crecimiento personal y el desarrollo.

3.5.3. *Dimensión 03. Trascendencia*

Se centra en la capacidad humana de conectarse con aspectos y entidades que superan los límites del yo individual. Esta conexión puede manifestarse a través de diversos medios, como la inmersión en valores universales, la apreciación de la naturaleza, el disfrute del arte, o la participación en prácticas espirituales. La trascendencia es esencial para alcanzar un bienestar emocional profundo, ya que proporciona una perspectiva que va más allá de las trivialidades del día a día, ofreciendo paz interior y un renovado sentido de propósito.

Experimentar la trascendencia implica momentos de profunda conexión y significado, donde las preocupaciones cotidianas se desvanecen en favor de una experiencia más rica y espiritualmente enriquecedora. Estos momentos pueden surgir en situaciones tan variadas como la contemplación silenciosa de un paisaje impresionante, la meditación, la oración, o incluso en la escucha absorbente de una pieza musical que resuena con el alma del oyente. En todos estos casos, la persona se siente parte de algo más grande que ella misma, lo cual es una fuente poderosa de bienestar emocional.

Además, la trascendencia ayuda a las personas a encontrar significado en sus experiencias. En momentos de crisis o sufrimiento, la capacidad de ver un propósito más grande o de conectar con valores universales puede ofrecer consuelo y dirección. Por ejemplo, muchas personas encuentran en sus creencias religiosas o espirituales la fortaleza para superar desafíos personales, viendo estas pruebas no solo como dificultades, sino también como oportunidades para el crecimiento personal y la afirmación de sus valores más profundos.

La perspectiva ampliada que proporciona la trascendencia también enriquece la percepción que una persona tiene de su lugar en el mundo. Al reconocer que formamos parte de un sistema más amplio y que nuestras acciones tienen un eco en la comunidad y el mundo, podemos adoptar una actitud más considerada y responsable. Esta conciencia de interconexión fomenta un compromiso más profundo con comportamientos y decisiones éticas, lo que refuerza la autoestima y contribuye a una sociedad más cohesiva y empática.

La trascendencia también promueve la paz interior al permitir que las personas se desapeguen de las preocupaciones materialistas o egocéntricas. Este desapego no implica una falta de compromiso con el mundo material, sino una comprensión de que la verdadera satisfacción y felicidad provienen de la conexión con valores y experiencias más profundos. Al cultivar la trascendencia, las personas pueden equilibrar mejor sus deseos y ambiciones con una comprensión de lo que realmente contribuye a una vida plena y significativa.

En conclusión, la trascendencia es un componente vital del bienestar emocional que motiva a las personas a buscar y cultivar conexiones con algo más grande que ellos mismos. Al hacerlo, no solo enriquecen su propia vida, sino que también contribuyen al bienestar de los demás, promoviendo una cultura de comprensión, respeto y solidaridad. Este enfoque trascendental hacia el bienestar emocional es esencial para enfrentar los retos del mundo contemporáneo con una mente clara, un corazón abierto y un espíritu resiliente.

3.5.4. *Dimensión 04. Apoyo del Grupo Familiar*

Enfatiza la influencia crítica que tiene el entorno familiar en el desarrollo emocional y psicológico de los individuos. Un ambiente familiar que brinda amor, seguridad, apoyo y comprensión es esencial para fomentar un desarrollo saludable. Este tipo de ambiente ofrece un refugio seguro donde los miembros de la familia pueden expresar sus emociones sin temor, buscar consejo en momentos de incertidumbre, y sentirse valorados y aceptados por lo que son.

El apoyo familiar no solo proporciona un colchón emocional contra las presiones externas, sino que también es un pilar fundamental para la construcción de la autoestima. Cuando los individuos sienten que su familia los respalda, se sienten más seguros de sus capacidades y más dispuestos a enfrentar desafíos. Además, el ambiente familiar puede ser un campo de pruebas crucial para desarrollar y afinar habilidades sociales que serán útiles en todas las áreas de la vida, desde la educación hasta el empleo y las relaciones interpersonales.

La calidad del apoyo familiar también juega un papel decisivo en cómo los individuos manejan los desafíos personales y emocionales. En un hogar donde se fomenta la comunicación abierta y se ofrecen respuestas empáticas, los miembros de la familia aprenden a gestionar sus emociones de manera más efectiva y a resolver conflictos de manera constructiva. Esto no solo fortalece las relaciones dentro del grupo familiar, sino que también prepara a los individuos para interactuar de manera más saludable y efectiva con los demás fuera del entorno familiar.

Además, el apoyo familiar puede actuar como un modelo para otras relaciones. Los niños y jóvenes que crecen en un ambiente familiar amoroso y de apoyo tienden a desarrollar expectativas positivas sobre las relaciones en general, lo que les ayuda a establecer vínculos más fuertes y sanos en el futuro. También están mejor equipados para ofrecer apoyo a otros, replicando el modelo de conducta que han aprendido en el hogar.

Por otro lado, la ausencia de un apoyo familiar adecuado puede tener consecuencias duraderas. La falta de un entorno seguro y afectuoso puede afectar negativamente el desarrollo de la autoestima y las habilidades sociales, y puede hacer que los individuos sean menos resilientes frente a los desafíos de la vida. Por lo tanto, es crucial reconocer y abordar las deficiencias en el apoyo familiar para prevenir problemas a largo plazo en el bienestar emocional y social de las personas.

En resumen, el apoyo del grupo familiar es un componente esencial del bienestar emocional que no solo afecta la salud mental y emocional del individuo, sino que también impacta su capacidad para formar y mantener relaciones saludables fuera del hogar. La inversión en fortalecer las dinámicas familiares es

una inversión en la salud emocional y psicológica de todos sus miembros, creando una base sólida que soportará los desafíos de la vida.

3.5.5. Dimensión 05. Apoyo Social

Destaca la importancia de una red de relaciones sociales saludables y su impacto en el bienestar emocional de una persona. Esta dimensión se extiende más allá del entorno familiar para incluir a amigos, compañeros de trabajo, vecinos y la comunidad en general. El apoyo social es fundamental, ya que proporciona una estructura de seguridad emocional que permite a las personas manejar mejor las tensiones cotidianas y contribuye significativamente a su felicidad y satisfacción general.

El apoyo social engloba varios aspectos, desde la disponibilidad de personas en quienes confiar hasta tener a alguien con quien compartir experiencias y buscar consejo. Estas relaciones ofrecen un sentido de pertenencia y validación, lo cual es crucial para la autoestima y la salud mental. La interacción con un grupo diverso de personas también enriquece la vida de los individuos, proporcionándoles diferentes perspectivas y experiencias que pueden ayudarles a ver sus propios problemas de manera más objetiva.

Además, las relaciones sociales saludables juegan un papel importante en el desarrollo y mantenimiento de la identidad personal. Al interactuar con otros, las personas pueden expresar diferentes facetas de sí mismas, experimentar crecimiento personal y recibir retroalimentación constructiva. Estas interacciones pueden actuar como un espejo que indica los valores, las creencias y las actitudes de una persona, ayudando a consolidar o reevaluar aspectos de su identidad.

La red de apoyo social también actúa como un amortiguador contra el estrés y la adversidad. Saber que uno cuenta con un sistema de apoyo puede aliviar la carga emocional asociada con los desafíos de la vida. En momentos de crisis, el apoyo social puede proporcionar recursos prácticos y emocionales que son esenciales para la recuperación y el bienestar a largo plazo. Además, en situaciones

de éxito o alegría, compartir estos momentos con otros puede multiplicar la felicidad y reforzar las relaciones.

Por otro lado, la calidad del apoyo social es tan importante como su cantidad. Relaciones sociales que son tóxicas o conflictivas pueden tener un impacto negativo en la salud mental y emocional. Por lo tanto, es esencial fomentar conexiones que sean genuinamente enriquecedoras. Esto puede requerir habilidades sociales como la empatía, la comunicación efectiva y la capacidad de establecer límites saludables.

Asimismo, participar activamente en la comunidad puede ampliar la red de apoyo social y enriquecer la vida de una persona. Actividades como el voluntariado, asistir a eventos comunitarios o unirse a clubes pueden proporcionar oportunidades valiosas para construir y mantener relaciones significativas. Estas actividades no solo fortalecen el tejido social de la comunidad, sino que también promueven un sentido de propósito y contribución.

En conclusión, el apoyo social es un componente esencial del bienestar emocional que proporciona numerosos beneficios, desde mejorar la salud mental hasta fortalecer la identidad personal y ofrecer un amortiguador contra el estrés. Cultivar y mantener una red de relaciones sociales saludables es una inversión en la calidad de vida de una persona y en la salud de la comunidad en general.

3.5.6. *Dimensión 06. Relaciones con el Grupo Primario*

Resalta la importancia de las interacciones dentro de los círculos más íntimos, como la familia inmediata, los amigos cercanos y los equipos de trabajo estrechos. Estos grupos primarios son esenciales para el desarrollo emocional y social de un individuo, proporcionando un sentido profundo de conexión, lealtad y mutualidad. Estas relaciones no sólo son fundamentales para el bienestar emocional, sino que también son cruciales para la construcción de una identidad social sólida y la obtención de un apoyo emocional directo y significativo.

Las relaciones dentro de estos grupos primarios ofrecen una fuente constante de apoyo y comprensión. Estos son los primeros contactos en momentos

de necesidad y celebración, proporcionando un espacio seguro donde los individuos pueden compartir sus sentimientos, desafíos y logros. La interacción continua y profunda en estos grupos fomenta un entorno de confianza donde los miembros se sienten valorados y aceptados por quienes son, lo que es esencial para el desarrollo de la autoestima y la autoconfianza.

Además, las relaciones con el grupo primario juegan un papel vital en la formación y afirmación de la identidad social de una persona. A través de las interacciones regulares, los individuos indican y absorben normas, valores y comportamientos que son importantes dentro de su grupo. Este proceso de socialización no sólo ayuda a los individuos a definir quiénes son y a qué aspiran, sino que también les enseña cómo funcionar efectivamente dentro de la sociedad en general.

La reciprocidad es otro aspecto crucial de estas relaciones. En un grupo primario, los miembros a menudo experimentan una fuerte sensación de deber mutuo y responsabilidad hacia los demás. Este sentimiento de mutualidad asegura que el apoyo y el cuidado fluyan en ambos sentidos, lo que refuerza la cohesión del grupo y aumenta la resiliencia de sus miembros frente a los desafíos externos.

Participar en experiencias compartidas es otra dimensión fundamental de las relaciones con el grupo primario. Ya sea celebrando un logro, enfrentando una crisis o simplemente participando en actividades cotidianas, estas experiencias compartidas crean recuerdos comunes y fortalecen los lazos entre los miembros del grupo. Estos momentos compartidos no sólo aumentan la cohesión del grupo, sino que también proporcionan una fuente de alegría y satisfacción que es vital para el bienestar emocional.

Las relaciones con el grupo primario también ofrecen un marco para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales. Por ejemplo, la comunicación efectiva, la empatía y la resolución de conflictos son habilidades que se practican y perfeccionan a menudo dentro de estos grupos íntimos. La capacidad para negociar, compartir y cooperar no sólo beneficia a los individuos dentro de su grupo, sino que también prepara a las personas para interactuar de manera más efectiva y compasiva en contextos más amplios.

En conclusión, las relaciones con el grupo primario son un componente esencial del bienestar emocional. Proporcionan apoyo, fortalecen la identidad social, fomentan la reciprocidad y enriquecen la vida a través de experiencias compartidas. Cultivar y mantener relaciones saludables dentro de estos grupos es fundamental para asegurar una red de apoyo confiable y para promover una vida emocionalmente rica y satisfactoria.

Capítulo IV

Metodología

4.1. Enunciado de las Hipótesis

4.1.1. *Hipótesis General*

La calidad de vida se relaciona de forma significativa con el bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

4.1.2. *Hipótesis Específicas*

La calidad de vida se relaciona de forma significativa con la correspondencia entre expectativas y logros en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

La calidad de vida se relaciona de forma significativa con la confianza para afrontar dificultades en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

La calidad de vida se relaciona de forma significativa con la trascendencia en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

La calidad de vida se relaciona de forma significativa con el apoyo del grupo familiar en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

La calidad de vida se relaciona de forma significativa con el apoyo social en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

La calidad de vida se relaciona de forma significativa con las relaciones con el grupo primario en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

4.2. Operacionalización de Variables y Escalas de Medición

4.2.1. Variable 1

4.2.1.1. Identificación. Calidad de Vida.

4.2.1.2. Definición Operacional. La calidad de vida es medida mediante el cuestionario de Grimaldo et al. (2020), basado en el cuestionario de calidad de vida de Barnes y Olson, en un contexto estudiantil peruano, el cual dimensiona su evaluación a partir de la valoración de la calidad de vida en el hogar, medios de comunicación, educación y ocio, Amigos, vecindario, comunidad, vida familiar y extensa, economía y salud.

Tabla 01*Operacionalización de la Variable Calidad de Vida*

Dimensiones/Indicadores	Categorías	Escala
Hogar		
Condiciones de vivienda		
Responsabilidades en casa		
Medios de comunicación		
Tiempo viendo televisión y redes sociales		
Calidad de programas		
Calidad del cine		
Calidad de periódicos y revistas		
Educación y ocio		
Situación educativa		
Vida religiosa familiar		
Vida religiosa de la comunidad		
Tiempo libre	Óptima (>76)	
Uso de tiempo	Buena (51 a 75)	
Amigos, vecindario, comunidad, vida familiar y extensa	Baja (26 a 50)	Ordinal
Amigos	Mala (< 25)	
Seguridad en la comunidad		
Recreación		
Familia		
Hermanos		
Nro. de hijos en la familia		
Relación con parientes		
Economía		
Satisfacción de necesidades básicas		
Lujos		
Dinero para gastar		
Facilidades para hacer compras		
Salud		
Propia salud		
Salud de otros miembros de la familia		

4.2.2. Variable 2

4.2.2.1. Identificación. Bienestar Emocional.

4.2.2.2. Definición Operacional. El bienestar emocional es medida a partir del cuestionario de Omar et al. (2009), el cual plantea su medición en función de la correspondencia entre expectativas y logros, confianza para afrontar dificultades, trascendencia, apoyo del grupo familiar, apoyo social y relaciones con el grupo primario.

Tabla 02

Operacionalización de la Variable Bienestar Emocional

Dimensiones/Indicadores	Categorías	Escala
Correspondencia entre expectativas y logros		
Vida interesante		
Vida hoy vs vida pasada		
Satisfacción con cosas hechas		
Conseguir todo lo propuesto		
Satisfacción con lo conseguido		
Esfuerzo para lograr objetivos		
Confianza para afrontar dificultades		
Manejo de situaciones	Inalterado	
Confianza en salir adelante	(76 a 100)	
Manejo del futuro	Poco alterado	
	(51 a 75)	
Trascendencia	Muy alterado	Ordinal
Integración a las cosas	(26 a 50)	
Experiencias intensas	Completamente	
Sentimientos por ser humano	alterado	
	(< 25)	
Apoyo del grupo familiar		
Solución a problemas		
Unión entre los miembros		
Cuidados ante enfermedad		
Apoyo social		
Apoyo frente a emergencia		
Cuidado frente a enfermedad o accidente		
Ayuda frente a necesidad		

Relaciones con el grupo primario
Conformidad por relación con los padres
Preocupación por relación con hermanos y/o
parientes
Preocupación por relación con los padres

4.3. Tipo y Diseño de Investigación

4.3.1. Tipo

La investigación adoptó un tipo básico descriptivo, ya que se basó en teorías existentes, con el objetivo de contrastarlas con la realidad específica de los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa en Tacna, durante el año 2024. El estudio buscó contribuir al conocimiento científico existente, examinando y expandiendo las teorías previas relacionadas con la calidad de vida y el bienestar emocional en el contexto educativo. Esto se realizó mediante la evaluación de cómo estas variables se manifestaron en la experiencia educativa de los estudiantes de dicha institución (Hernández & Mendoza, 2018).

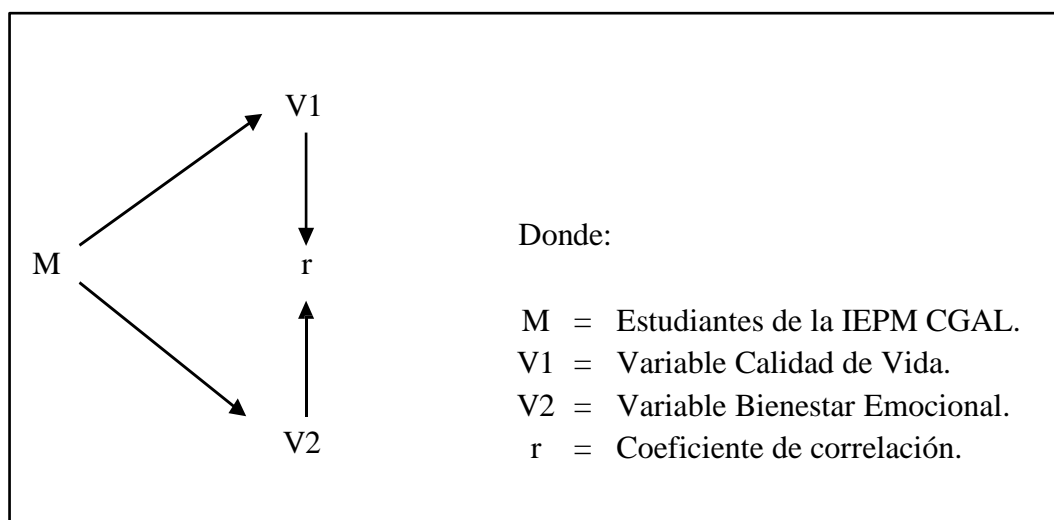
4.3.2. Diseño

La investigación presentó un diseño no experimental y transversal. Por un lado, fue no experimental dado que como investigador no se realizó intervención en el contexto de investigación que haya significado realizar manipulación deliberada o cambios, respetando en todo momento las condiciones sobre las que se desarrolló la unidad de estudio. Por otro lado, fue transversal debido a que el estudio tomó lugar en un solo momento en el tiempo, es decir, solamente se realizó una medición para resolver el estudio (Hernández & Mendoza, 2018).

El esquema de la investigación es el siguiente:

Figura 01

Esquema del Diseño de Investigación



4.4. **Ámbito y Tiempo Social de la Investigación**

4.4.1. *Ámbito de la Investigación*

La Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa se encuentra en Av. Ecológica S/N Cuadra 02 en el cono sur del distrito urbano de Gregorio Albarracín Lanchipa, y tiene asignado el Código Ubigeo 23004. Esta institución surge como respuesta a la necesidad planteada por el Comando del Ejército Peruano de establecer colegios militares a nivel nacional, con el fin de promover el patriotismo y formar jóvenes líderes en las diversas regiones del país. Su creación se formalizó mediante un Convenio Marco de Cooperación Interinstitucional firmado el 12 de febrero de 2008 entre el Gobierno Regional de Tacna y el Ejército del Perú, con el objetivo de ofrecer a la comunidad tacneña un colegio militar propio que refleje el profundo sentido patriótico de sus habitantes y que fomente su fervor por el amor a la patria. Este acuerdo también incluyó la colaboración entre la Dirección Regional Sectorial de Educación de Tacna y la

Tercera Brigada de Caballería – Tacna del Ejército Peruano. Posteriormente, la Resolución Directoral Regional N° 0592 del 28 de febrero de 2008, autorizó la apertura y funcionamiento del colegio militar en la jurisdicción de la UGEL – TACNA. Además, mediante el oficio N° 1633 DRSET/GOB REG TACNA del 14 de mayo de 2008, la Dirección de Educación de Tacna asignó a la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa el Código Modular N° 1369578 y el Código de Local N° 644058.

La institución educativa tiene como finalidad proporcionar Educación Básica Regular (EBR) en el Ciclo VII, en conformidad con las normativas vigentes del Ministerio de Educación. Además, se encarga de ofrecer formación militar según los programas y directrices establecidas por el Ministerio de Defensa, a través de la Dirección de Educación y Doctrina (DIEDOC) del Ejército Peruano. Este modelo educativo se caracteriza por promover la disciplina, los valores morales elevados, la formación cívico-patriótica, así como el respeto y la veneración por los símbolos nacionales, y el fortalecimiento de la admiración hacia la destacada labor de los héroes nacionales.

Desde su fundación, el colegio militar estuvo ubicado en las instalaciones del Cuartel Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa donde se realizaba actividades tanto académicas como militares hasta fines de setiembre de 2014. A partir de entonces, se trasladó a una nueva sede, diseñada para su funcionamiento autónomo; esta nueva instalación fue oficialmente inaugurada el 17 de noviembre de 2014 por el entonces Presidente de la República, Ollanta Moisés Humala Tasso, y recibió el nombre de Colegio Militar “Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa”.

El nombre del colegio militar honra al Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, un destacado militar peruano, célebre por su emblemática frase “Un coronel peruano no se rinde jamás”, y reconocido como el “Centauro de las Vilcas” debido a su valentía y excepcional liderazgo en la defensa de la patria. El Coronel Albarracín es recordado por su rol crucial en el conflicto de 1842 entre Perú y Bolivia, así como en diversas guerras civiles peruanas y en la Guerra del Pacífico de 1880. Durante esta última, creó un escuadrón de 50 hombres, incluyendo a su hijo, el Teniente José Rufino Albarracín Berríos, y ambos fallecieron en combate

el 2 de octubre de 1882. Sus restos se encuentran sepultados en la Cripta de los Héroes, ubicado en el cementerio Presbítero Matías Maestro de Lima, Perú.

En la actualidad, la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa está dirigida por el señor Edgardo Sullca Llamoca, quien ostenta el grado de Coronel de Caballería. Este colegio, que funciona bajo el régimen de internado, es la única institución educativa castrense en la región dedicada a la formación integral de jóvenes en edad escolar, promoviendo un elevado sentido del deber, una estricta disciplina militar y un firme liderazgo. Además, los estudiantes reciben capacitación en diversas especialidades militares acordes a sus edades, incluyendo cursos como el de Técnicas de Tiro, Monitor, Mini Anfibio, Mini Paracaidista, Mini Montaña y Mini Fuerzas Especiales, entre otros.

La misión de la institución es formar jóvenes con valores que les permitan alcanzar exitosamente sus objetivos en un mundo competitivo, esperando que sus egresados sean ejemplos de superación y perseverancia. Su visión es ser una institución líder en la formación de líderes a nivel regional y nacional, promoviendo valores axiológicos y una conciencia social, ambiental e innovadora. Su lema es “Disciplina, Moralidad y Trabajo”.

El colegio ofrece educación secundaria, admitiendo estudiantes desde tercero hasta quinto año, con dos secciones por grado y un total de 169 estudiantes. Originalmente solo admitía varones, sin embargo, ahora es una institución mixta. La plantilla de la institución está constituida por personal civil y militar; el equipo docente está formado entre 9 y 12 profesores que brindan apoyo en los cursos regulares y extracurriculares; por otro lado, el personal militar comprende oficiales, técnicos, suboficiales y tropa, sumando un total aproximado de 21 miembros.

4.4.2. *Tiempo Social de la Investigación*

En cuanto al periodo de estudio, este abarcó el mes de junio del año 2024. A nivel social, la investigación se dirigió a los estudiantes de secundaria del Ciclo VII de Educación Básica Regular de una Institución Educativa Pública Militar de régimen internado.

4.5. Unidad de Estudio, Población y Muestra

4.5.1. *Unidad de Estudio*

Estuvo conformada por los estudiantes de tercero a quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa.

4.5.2. *Población*

Según los datos proporcionados por la administración de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, para el año 2024 se registraron 155 estudiantes de tercero a quinto de secundaria. Esta cifra, obtenida al inicio del año escolar, se utilizó para calcular la población total objeto de estudio en la investigación sobre calidad de vida y bienestar emocional.

4.5.3. *Muestra*

Dado el número de estudiantes, se optó por un muestreo de tipo censal; por lo tanto, la muestra representativa de este estudio incluyó a los 155 estudiantes de los grados mencionados. Este tipo de muestreo fue intencionado.

4.6. Procedimientos, Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

4.6.1. *Procedimientos*

El estudio planeó utilizar la encuesta como técnica de investigación, empleando un cuestionario como instrumento, el cual fue completado por los estudiantes para recoger información sobre su percepción de la calidad de vida y el bienestar emocional dentro de la institución educativa.

Tras la recopilación de los datos, se analizaron utilizando métodos estadísticos estándar. Para este fin, se empleó el programa SPSS Windows Versión

24, que facilitó la creación de tablas y gráficos de frecuencias, así como el cálculo de coeficientes de correlación mediante la prueba de Rho-Spearman, el cual fue elegido a partir de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov. Este análisis estadístico proporcionó el coeficiente de significancia necesario para establecer la existencia o inexistencia de una relación entre las variables estudiadas.

4.6.2. Técnicas

En cuanto a las herramientas empleadas para la recolección de datos, se optó por la técnica de encuesta tipo test, la cual permitió obtener información de manera objetiva y cuantificable.

4.6.3. Instrumentos de Recolección de Datos

4.6.3.1. Variable 1: Calidad de Vida. Para la medición de la variable “Calidad de vida”, se consideró el instrumento validado por los autores Grimaldo et al. (2020), basado en el cuestionario de calidad de vida de Barnes y Olson, en un contexto estudiantil peruano. El análisis de fiabilidad se realizó por el método de consistencia interna reportando un coeficiente Alfa de Cronbach según sus componentes: Hogar ($\alpha=0.71$), Medios de comunicación ($\alpha=0.64$), Educación y ocio ($\alpha=0.56$), Amigos, vecindario, comunidad, vida familiar y extensa ($\alpha=0.67$), Economía ($\alpha=0.82$), y Salud ($\alpha=0.58$). Finalmente, se verificó la validez estructural a partir de un análisis factorial exploratorio, arrojando una medida Kaiser- Meyer-Olkin (KMO) de 0.87.

4.6.3.2. Variable 2: Bienestar Emocional. Para la medición de la variable “Bienestar emocional”, se tomó el instrumento validado por Omar et al. (2009). Su confiabilidad fue evaluada a través del cálculo de coeficientes de consistencia interna alpha de Cronbach, obteniendo los siguientes valores por cada factor: *Bienestar vinculado a expectativas y logros* ($\alpha=0.74$), *Confianza para afrontar dificultades* ($\alpha=0.69$), *Trascendencia* ($\alpha=0.56$), *Apoyo del grupo familiar*

($\alpha=0.72$), *Apoyo social* ($\alpha=0.86$), y *Relaciones con el grupo primario* ($\alpha=0.79$). Por lo tanto, se analizó la validez factorial mediante el cálculo de un análisis de componentes principales con rotación varimax (índice de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin = 0.85).

Para la aplicación de los cuestionarios mencionados en la presente investigación, se llevó a cabo la validación de los tests psicológicos mediante juicio de expertos a cargo de tres profesionales de psicología debidamente colegiados y con grado académico de magíster. En el caso del instrumento Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes, los puntajes de validación obtenidos fueron 50, 41 y 50, lo que correspondió a la categoría de “muy bueno y aplicable”; de manera similar, en el instrumento Inventario de Bienestar Subjetivo de Nacpal & Shell, se obtuvieron los puntajes de 50, 41 y 50, lo que también fue clasificado como “muy bueno y aplicable”. En consecuencia, los instrumentos no requirieron alguna adaptación o cambios en los enunciados de los cuestionarios.

Tras la recopilación de los datos, se analizaron utilizando métodos estadísticos estándar. Para este fin, se empleó el programa SPSS Windows Versión 24, que facilitó la creación de tablas y gráficos, así como el cálculo de coeficientes de correlación mediante la prueba de Rho-Spearman. Este análisis estadístico proporcionó el coeficiente de significancia necesario para establecer la existencia o inexistencia de una relación entre las variables estudiadas.

Capítulo V

Los Resultados

5.1. El Trabajo de Campo

5.1.1. Acciones de Preparación

Como parte de las acciones de preparación, se llevó a cabo una entrevista con el director de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, quien recibió información sobre el presente proyecto de investigación; durante esta conversación, se abordaron aspectos clave, como los objetivos del estudio, la metodología propuesta y la relevancia de la investigación. Posteriormente, se solicitó la autorización correspondiente mediante una carta de presentación dirigida a la dirección del colegio, la cual se presentó a través de mesa de partes, con el fin de formalizar el proceso para la aplicación de los instrumentos psicológicos. Además, se consultó sobre la cantidad de estudiantes matriculados en la institución, lo que fue esencial para la planificación logística y la organización de la fecha y hora para la recolección de datos. Asimismo, se obtuvo el consentimiento informado de los padres de familia, asegurando que entendieran plenamente la naturaleza de la investigación, así como los objetivos y beneficios que puede aportar a los estudiantes. Esto garantizó que la participación de los cadetes fuera voluntaria y consciente, respetando así sus derechos y promoviendo un ambiente de confianza y colaboración en el marco del presente estudio.

5.1.2. Acciones de Coordinación

Una vez obtenidos los permisos correspondientes, se procedió a iniciar la recolección de información sobre los horarios en los cuales los estudiantes estaban disponibles y dispuestos a participar en el desarrollo de los instrumentos psicológicos. Para ello, se realizaron consultas a los instructores militares responsables de cada compañía, quienes proporcionaron detalles sobre el horario de los cadetes; este paso fue crucial para determinar la viabilidad de la fecha y la hora en que se llevarían a cabo la ejecución de los cuestionarios del presente proyecto de investigación. La coordinación con los instructores permitió asegurar que se seleccionara un momento adecuado que no interfiriera con otras actividades académicas o de formación, garantizando así una mayor participación y un ambiente propicio para la recolección de datos.

5.1.3. Acciones de Aplicación

Para la aplicación de los instrumentos, se contactó al oficial de día para informarle que los cadetes debían traer sus lapiceros y que desarrollarían los cuestionarios en la sala multiusos. Se estableció que ingresarían por compañías, asignando a cada grupo alrededor de 15 minutos para completar ambos cuestionarios; una vez finalizada la aplicación, se recogieron los cuestionarios y se comprobó que los estudiantes hubieran respondido a todos los enunciados. Para el análisis de los datos obtenidos, se emplearon los programas Microsoft Excel y *Statistical Package for Social Sciences* SPSS, versión 24.

5.2. Diseño de Presentación de los Resultados

La presentación de resultados se realizó por variables, desarrollando un análisis general y análisis por dimensiones, detallados en forma de tablas y figuras de información, acompañadas por su debido análisis.

5.3. Los Resultados

5.3.1. Variable 1: Calidad de Vida

5.3.1.1. Resultado General de la Variable.

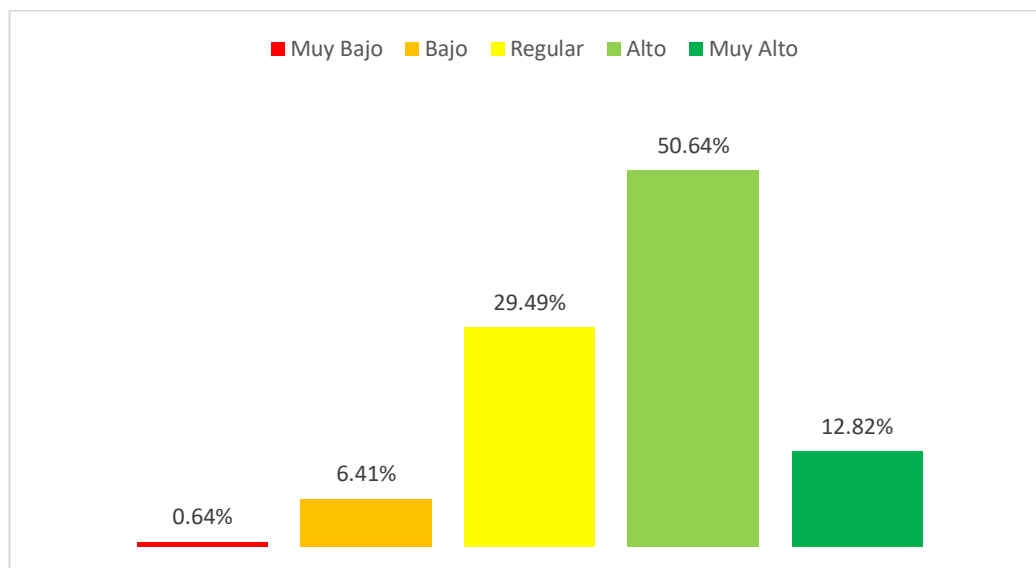
Tabla 03

Resultado General Para la Variable Calidad de Vida

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	1	0.64%
Bajo	10	6.41%
Regular	46	29.49%
Alto	78	50.64%
Muy Alto	20	12.82%
Total	155	100.00%

Figura 02

Resultado General Para la Variable Calidad de Vida



A través de la tabla 03 y la figura 02 se presentan los resultados generales de la variable calidad de vida, aplicados a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 50.64% de los estudiantes percibe una calidad de vida alta,

seguido de un 12.82% que la considera muy alta. Solo un 0.64% de los estudiantes reporta una percepción muy baja de su calidad de vida, lo que indica una tendencia mayoritaria hacia una evaluación positiva de sus condiciones de vida.

5.3.1.2. Resultados Específicos de la Dimensión: Hogar.

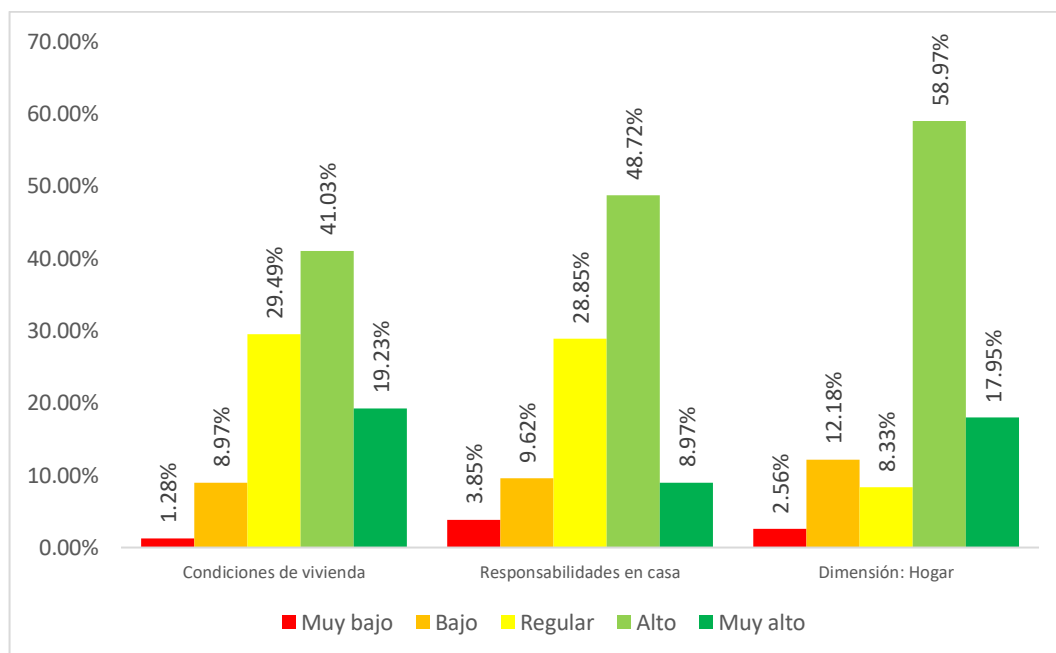
Tabla 04

Resultados Específicos Para la Dimensión: Hogar Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Condiciones de vivienda	1.28%	8.97%	29.49%	41.03%	19.23%
Responsabilidades en casa	3.85%	9.62%	28.85%	48.72%	8.97%
Dimensión: Hogar	2.56%	12.18%	8.33%	58.97%	17.95%

Figura 03

Resultados Específicos Para la Dimensión: Hogar Según Indicadores



A través de la tabla 04 y la figura 03 se presentan los resultados generales de la dimensión “Hogar”, de acuerdo a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo

con los resultados, el 58.97% de los estudiantes califica como alta su percepción sobre el entorno hogareño, mientras que un 17.95% lo evalúa como muy alto. Solo un 2.56% reporta una percepción muy baja, lo que indica que la mayoría de los estudiantes considera que su hogar les ofrece condiciones adecuadas para su bienestar.

En cuanto a los indicadores específicos de esta dimensión, las “Condiciones de vivienda” son percibidas como altas por el 41.03% de los estudiantes, lo que explica que la mayoría cuenta con un entorno físico favorable en su hogar. Por otro lado, el indicador de “Responsabilidades en casa” muestra que un 48.72% de los estudiantes también percibe de forma alta este aspecto, lo que indica un nivel significativo de implicación en las actividades del hogar. Aunque existe un porcentaje menor que considera las responsabilidades y las condiciones de vivienda como regulares, la tendencia general en esta dimensión es mayormente positiva.

5.3.1.3. Resultados Específicos de la Dimensión: Medios de Comunicación.

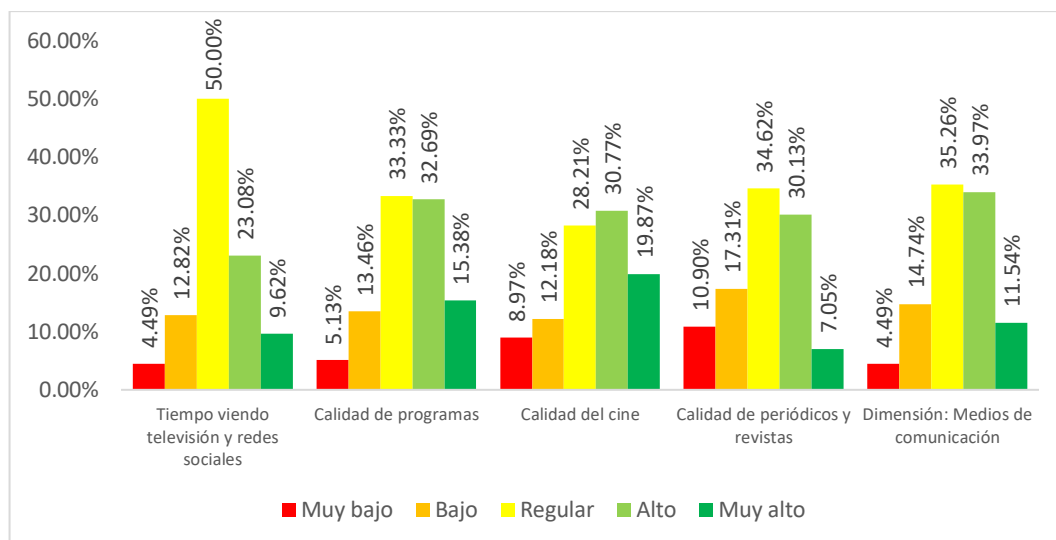
Tabla 05

Resultados Específicos Para la Dimensión: Medios de Comunicación Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Tiempo viendo televisión y redes sociales	4.49%	12.82%	50.00%	23.08%	9.62%
Calidad de programas	5.13%	13.46%	33.33%	32.69%	15.38%
Calidad del cine	8.97%	12.18%	28.21%	30.77%	19.87%
Calidad de periódicos y revistas	10.90%	17.31%	34.62%	30.13%	7.05%
Dimensión: Medios de comunicación	4.49%	14.74%	35.26%	33.97%	11.54%

Figura 04

Resultados Específicos Para la Dimensión: Medios de Comunicación Según Indicadores



A través de la tabla 05 y la figura 04 se presentan los resultados generales de la dimensión “Medios de comunicación”, aplicados a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 35.26% de los estudiantes percibe esta dimensión como regular, mientras que un 33.97% la evalúa como alta. Solo un 4.49% considera que su acceso y uso de medios de comunicación es muy bajo, lo que explica que la mayoría de los estudiantes cuenta con un acceso regular a alto a los medios de comunicación.

En los indicadores específicos, el “Tiempo viendo televisión y redes sociales” se concentra en la categoría regular, con un 50.00% de los estudiantes ubicados en este nivel, lo que indica un uso moderado de estos medios. En cuanto a la “Calidad de programas”, un 32.69% lo percibe como alto, mientras que la “Calidad del cine” es vista positivamente por el 30.77% de los estudiantes, lo que explica que estas formas de entretenimiento son relativamente valoradas por los estudiantes. En el indicador de “Calidad de periódicos y revistas”, un 34.62% lo percibe como regular y un 30.13% como alto, lo que indica que se valoran, la calidad de los medios.

5.3.1.4. Resultados Específicos de la Dimensión: Educación y Ocio.

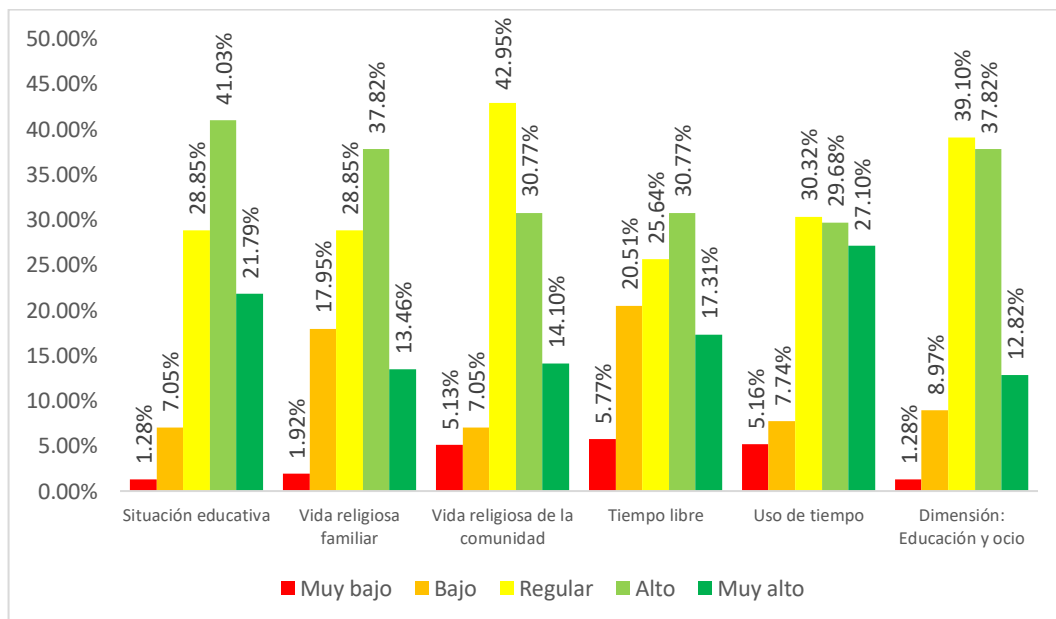
Tabla 06

Resultados Específicos Para la Dimensión: Educación y Ocio Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Situación educativa	1.28%	7.05%	28.85%	41.03%	21.79%
Vida religiosa familiar	1.92%	17.95%	28.85%	37.82%	13.46%
Vida religiosa de la comunidad	5.13%	7.05%	42.95%	30.77%	14.10%
Tiempo libre	5.77%	20.51%	25.64%	30.77%	17.31%
Uso de tiempo	5.16%	7.74%	30.32%	29.68%	27.10%
Dimensión: Educación y ocio	1.28%	8.97%	39.10%	37.82%	12.82%

Figura 05

Resultados Específicos Para la Dimensión: Educación y Ocio Según Indicadores



A través de la tabla 06 y la figura 05 se presentan los resultados generales de la dimensión “Educación y ocio”, de acuerdo a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 39.10% de los estudiantes percibe esta dimensión

como regular, mientras que un 37.82% la califica como alta. Solo un 1.28% la considera muy baja, lo que explica que la mayoría de los estudiantes se siente moderadamente satisfecho con su situación educativa y las oportunidades de ocio.

En cuanto a los indicadores específicos, la “Situación educativa” es evaluada de forma positiva por el 41.03% de los estudiantes que la consideran alta, lo que explica que gran parte de los estudiantes está conforme con su educación actual. En relación con la “Vida religiosa familiar”, el 37.82% la percibe como alta, lo que indica que la religión tiene un papel significativo en el entorno familiar. Por otro lado, la “Vida religiosa de la comunidad” es percibida como regular por el 42.95% de los estudiantes, lo que indica que, aunque hay participación, no es tan destacada como en el entorno familiar. Respecto al “Tiempo libre”, un 30.77% lo califica como alto, mientras que un 29.68% considera que su “Uso de tiempo” es alto, lo que indica que muchos estudiantes tienen una buena organización de su tiempo.

5.3.1.5. Resultados Específicos de la Dimensión: Amigos, Vecindario, Comunidad, Vida Familiar y Extensa.

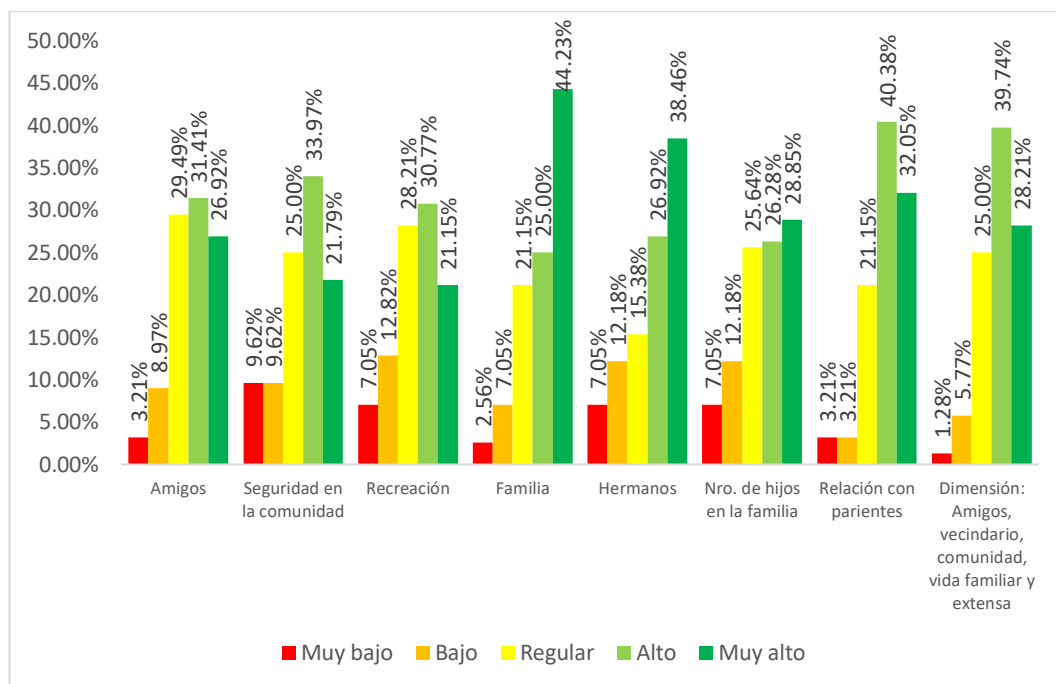
Tabla 07

Resultados Específicos Para la Dimensión: Amigos, Vecindario, Comunidad, Vida Familiar y Extensa Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Amigos	3.21%	8.97%	29.49%	31.41%	26.92%
Seguridad en la comunidad	9.62%	9.62%	25.00%	33.97%	21.79%
Recreación	7.05%	12.82%	28.21%	30.77%	21.15%
Familia	2.56%	7.05%	21.15%	25.00%	44.23%
Hermanos	7.05%	12.18%	15.38%	26.92%	38.46%
Nro. de hijos en la familia	7.05%	12.18%	25.64%	26.28%	28.85%
Relación con parientes	3.21%	3.21%	21.15%	40.38%	32.05%
Dimensión: Amigos, vecindario, comunidad, vida familiar y extensa	1.28%	5.77%	25.00%	39.74%	28.21%

Figura 06

Resultados Específicos Para la Dimensión: Amigos, Vecindario, Comunidad, Vida Familiar y Extensa Según Indicadores



A través de la tabla 07 y la figura 06 se presentan los resultados generales de la dimensión “Amigos, vecindario, comunidad, vida familiar y extensa”, de acuerdo a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 39.74% de los estudiantes percibe esta dimensión como alta, mientras que un 28.21% la evalúa como muy alta. Solo un 1.28% la considera muy baja, lo que indica que la mayoría de los estudiantes tienen una percepción positiva de sus relaciones sociales y familiares, así como del entorno comunitario.

En cuanto a los indicadores específicos, el aspecto de “Amigos” destaca con un 31.41% de los estudiantes que lo califican como alto y un 26.92% como muy alto, lo que explica relaciones sociales sólidas. La “Seguridad en la comunidad” es percibida como alta por un 33.97%, aunque un 25.00% la considera regular, lo que indica cierta preocupación por la seguridad. En el indicador de “Recreación”, un 30.77% de los estudiantes la percibe como alta. En el entorno familiar, un 44.23%

de los estudiantes califica la “Familia” como muy alta, lo que destaca la fortaleza de los lazos familiares. Por otro lado, el indicador de “Hermanos” muestra que el 38.46% lo califica como muy alto, lo que indica relaciones cercanas con los hermanos. Finalmente, la “Relación con parientes” es percibida como alta por un 40.38% de los estudiantes, lo que denota la importancia del apoyo familiar extendido en la vida de los estudiantes.

5.3.1.6. Resultados Específicos de la Dimensión: Economía.

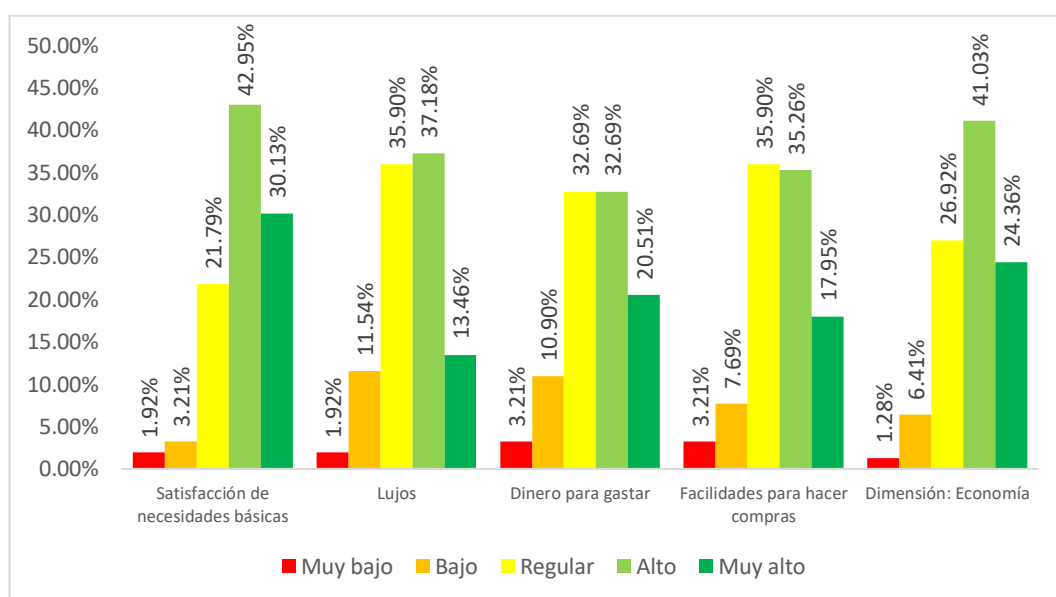
Tabla 08

Resultados Específicos Para la Dimensión: Economía Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Satisfacción de necesidades básicas	1.92%	3.21%	21.79%	42.95%	30.13%
Lujos	1.92%	11.54%	35.90%	37.18%	13.46%
Dinero para gastar	3.21%	10.90%	32.69%	32.69%	20.51%
Facilidades para hacer compras	3.21%	7.69%	35.90%	35.26%	17.95%
Dimensión: Economía	1.28%	6.41%	26.92%	41.03%	24.36%

Figura 07

Resultados Específicos Para la Dimensión: Economía Según Indicadores



A través de la tabla 08 y la figura 07 se presentan los resultados generales de la dimensión “Economía”, de acuerdo a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 41.03% de los estudiantes percibe esta dimensión como alta, mientras que un 24.36% la califica como muy alta. Solo un 1.28% de los estudiantes evalúa su situación económica como muy baja, lo que indica una percepción mayormente positiva respecto a su capacidad económica.

En los indicadores específicos, la “Satisfacción de necesidades básicas” destaca con un 42.95% de los estudiantes que la califican como alta y un 30.13% como muy alta, lo que indica que la mayoría de los estudiantes siente que sus necesidades esenciales están cubiertas. En cuanto al indicador de “Lujos”, un 37.18% lo percibe como alto, mientras que un 35.90% lo considera regular, lo que explica que, aunque las necesidades básicas están satisfechas, hay moderación en la percepción de los lujos. Respecto al “Dinero para gastar”, un 32.69% lo califica como regular y un porcentaje igual lo ve como alto, lo que indica un equilibrio en la percepción de la disponibilidad de dinero. Finalmente, en el indicador de “Facilidades para hacer compras”, un 35.90% de los estudiantes lo percibe como regular y un 35.26% como alto, lo que indica una percepción relativamente favorable en términos de acceso a bienes y servicios.

5.3.1.7. Resultados Específicos de la Dimensión: Salud.

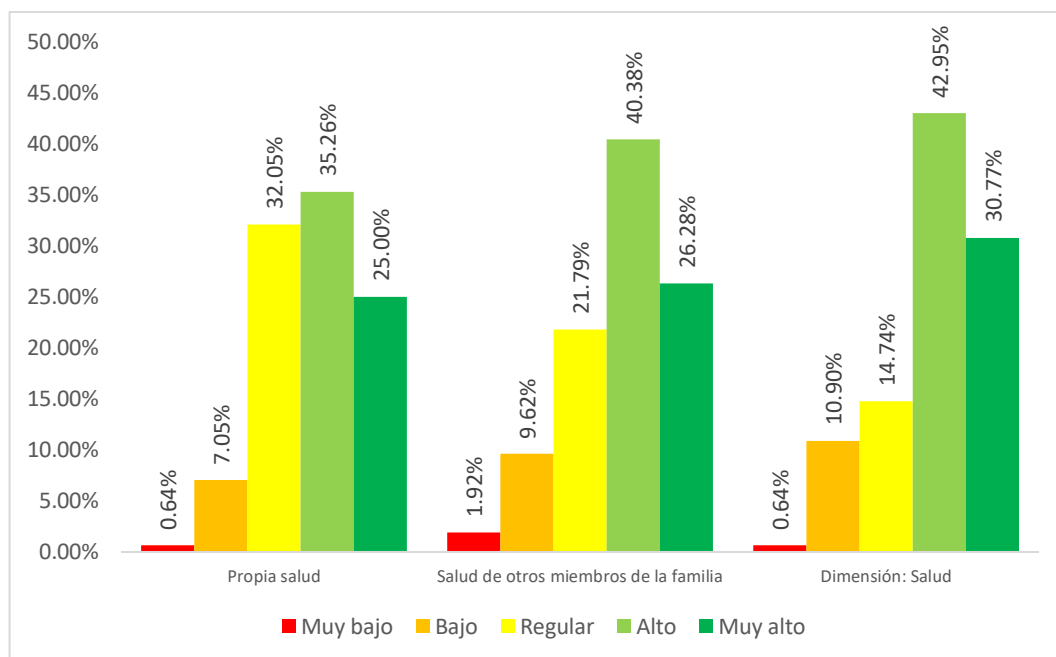
Tabla 09

Resultados Específicos Para la Dimensión: Salud Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Propia salud	0.64%	7.05%	32.05%	35.26%	25.00%
Salud de otros miembros de la familia	1.92%	9.62%	21.79%	40.38%	26.28%
Dimensión: Salud	0.64%	10.90%	14.74%	42.95%	30.77%

Figura 08

Resultados Específicos Para la Dimensión: Salud Según Indicadores



A través de la tabla 09 y la figura 08 se presentan los resultados generales de la dimensión “Salud”, de acuerdo a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 42.95% de los estudiantes percibe su salud de manera alta, mientras que un 30.77% la evalúa como muy alta. Solo un 0.64% considera su salud como muy baja, lo que explica una percepción mayoritariamente positiva en cuanto al estado de salud personal y familiar.

En cuanto a los indicadores específicos, el 35.26% de los estudiantes percibe su “Propia salud” como alta y un 25.00% como muy alta, lo que indica que la mayoría de los estudiantes se siente saludable. En relación con la “Salud de otros miembros de la familia”, un 40.38% la califica como alta y un 26.28% como muy alta, lo que indica que los estudiantes también consideran que sus familiares gozan de buena salud. A pesar que una pequeña proporción evalúa su salud o la de su familia de manera baja, los resultados muestran una percepción general positiva en cuanto al bienestar físico y mental dentro de sus entornos familiares.

5.3.2. Variable 2: Bienestar Emocional

5.3.2.1. Resultado General de la Variable.

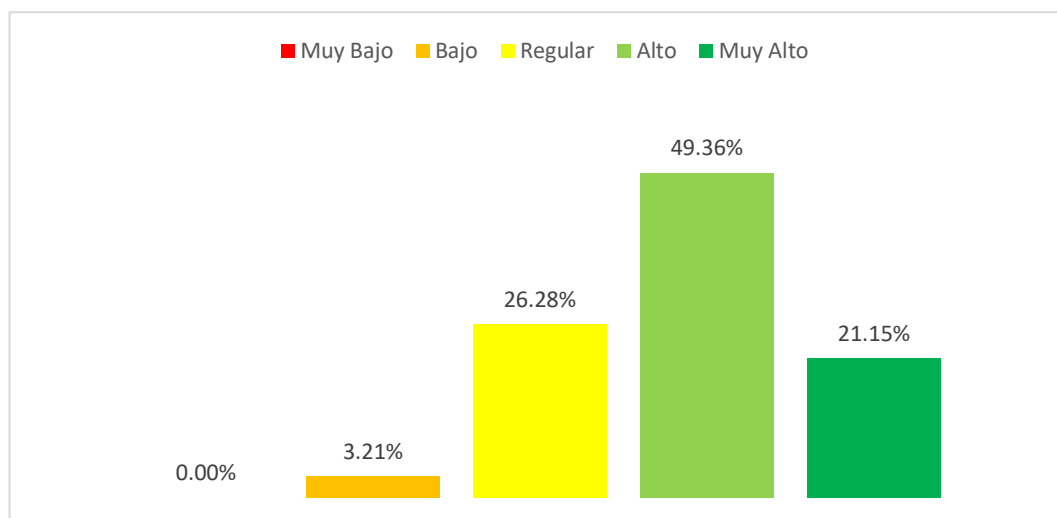
Tabla 10

Resultado General Para la Variable Bienestar Emocional

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Muy Bajo	0	0.00%
Bajo	5	3.21%
Regular	41	26.28%
Alto	77	49.36%
Muy Alto	33	21.15%
Total	155	100.00%

Figura 09

Resultado General Para la Variable Bienestar Emocional



A través de la tabla 10 y la figura 09 se presentan los resultados generales de la variable “Bienestar emocional”, de acuerdo a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 49.36% de los estudiantes percibe su bienestar emocional como alto, mientras que un 21.15% lo evalúa como muy alto. Solo un 3.21% reporta un bienestar emocional bajo, lo que indica una percepción positiva predominante respecto al bienestar emocional de los estudiantes.

5.3.2.2. Resultados Específicos de la Dimensión: Correspondencia Entre Expectativas y Logros.

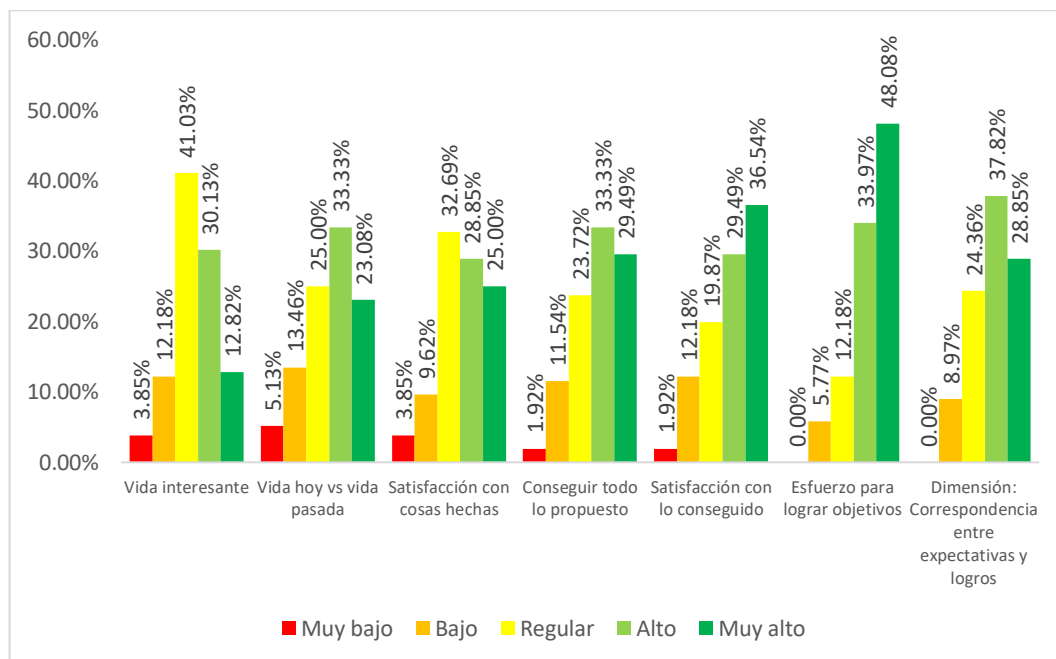
Tabla 11

Resultados Específicos Para la Dimensión: Correspondencia Entre Expectativas y Logros Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Vida interesante	3.85%	12.18%	41.03%	30.13%	12.82%
Vida hoy vs vida pasada	5.13%	13.46%	25.00%	33.33%	23.08%
Satisfacción con cosas hechas	3.85%	9.62%	32.69%	28.85%	25.00%
Conseguir todo lo propuesto	1.92%	11.54%	23.72%	33.33%	29.49%
Satisfacción con lo conseguido	1.92%	12.18%	19.87%	29.49%	36.54%
Esfuerzo para lograr objetivos	0.00%	5.77%	12.18%	33.97%	48.08%
Dimensión: Correspondencia entre expectativas y logros	0.00%	8.97%	24.36%	37.82%	28.85%

Figura 10

Resultados Específicos Para la Dimensión: Correspondencia Entre Expectativas y Logros Según Indicadores



A través de la tabla 11 y la figura 10 se presentan los resultados generales de la dimensión “Correspondencia entre expectativas y logros”, de acuerdo a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 37.82% de los estudiantes percibe esta dimensión como alta, mientras que un 28.85% la califica como muy alta. Ningún estudiante reporta una evaluación muy baja, lo que indica que, en general, los estudiantes se sienten satisfechos con la alineación entre sus expectativas y los logros alcanzados.

En los indicadores específicos, el 41.03% de los estudiantes percibe su “Vida interesante” como regular, mientras que un 30.13% la califica como alta. En cuanto a “Vida hoy vs vida pasada”, un 33.33% de los estudiantes la evalúa como alta y un 23.08% como muy alta, lo que indica que la mayoría siente que han mejorado en comparación con años anteriores. Respecto a la “Satisfacción con cosas hechas”, un 32.69% lo percibe como regular y un 25.00% como muy alto, lo que explica que, aunque hay satisfacción con lo logrado, algunos consideran que aún pueden hacer más. El indicador “Conseguir todo lo propuesto” es evaluado como muy alto por un 29.49%, mientras que la “Satisfacción con lo conseguido” tiene una percepción muy alta en el 36.54% de los estudiantes. Finalmente, el “Esfuerzo para lograr objetivos” es percibido como muy alto por el 48.08%, lo que indica que los estudiantes reconocen que han tenido que esforzarse significativamente para alcanzar sus metas.

5.3.2.3. Resultados Específicos de la Dimensión: Confianza Para Afrontar Dificultades.

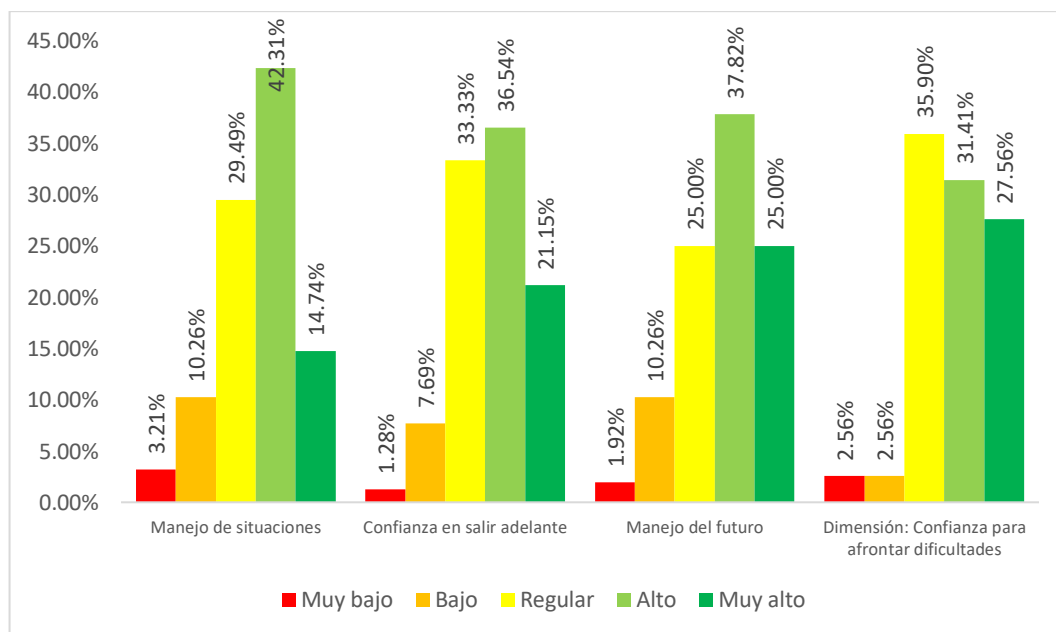
Tabla 12

Resultados Específicos Para la Dimensión: Confianza Para Afrontar Dificultades Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Manejo de situaciones	3.21%	10.26%	29.49%	42.31%	14.74%
Confianza en salir adelante	1.28%	7.69%	33.33%	36.54%	21.15%
Manejo del futuro	1.92%	10.26%	25.00%	37.82%	25.00%
Dimensión: Confianza para afrontar dificultades	2.56%	2.56%	35.90%	31.41%	27.56%

Figura 11

Resultados Específicos Para la Dimensión: Confianza Para Afrontar Dificultades Según Indicadores



A través de la tabla 12 y la figura 11 se presentan los resultados generales de la dimensión “Confianza para afrontar dificultades”, de acuerdo a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa,

Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 35.90% de los estudiantes percibe esta dimensión como regular, mientras que un 31.41% la califica como alta y un 27.56% como muy alta. Solo un 2.56% la percibe como muy baja, lo que explica que, en general, los estudiantes tienen una confianza moderada a alta en su capacidad para enfrentar dificultades.

En cuanto a los indicadores específicos, el “Manejo de situaciones” es percibido como alto por el 42.31% de los estudiantes, lo que indica que una gran parte de ellos se siente capaz de manejar situaciones inesperadas, mientras que un 29.49% lo califica como regular. En el indicador “Confianza en salir adelante”, un 36.54% lo percibe como alto y un 21.15% como muy alto, lo que indica una percepción positiva sobre su capacidad de superar adversidades. Respecto al “Manejo del futuro”, un 37.82% lo evalúa como alto y un 25.00% como muy alto, lo que explica que muchos estudiantes confían en su habilidad para gestionar los retos futuros, aunque una parte significativa todavía percibe esta capacidad como regular.

5.3.2.4. Resultados Específicos de la Dimensión: Trascendencia.

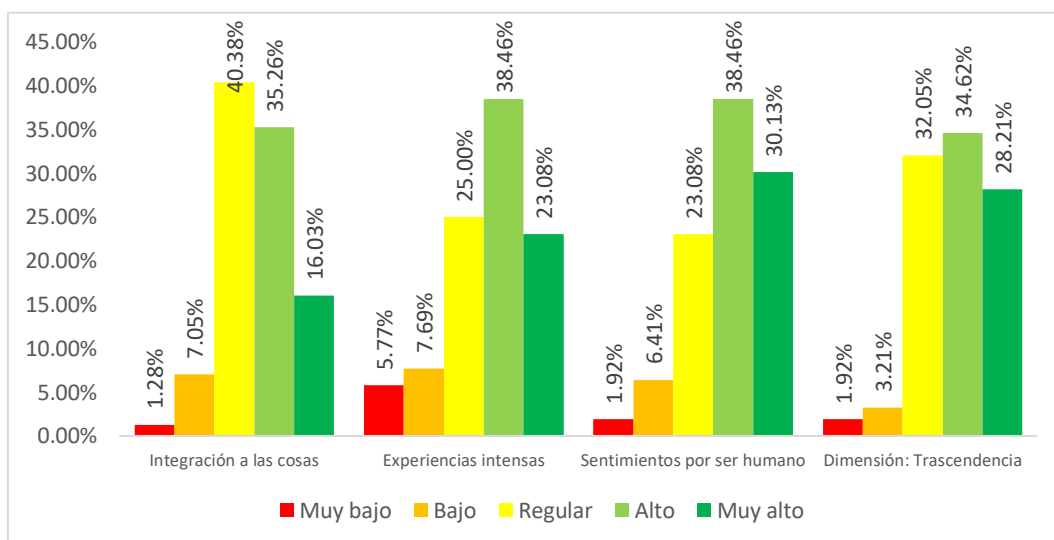
Tabla 13

Resultados Específicos Para la Dimensión: Trascendencia Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Integración a las cosas	1.28%	7.05%	40.38%	35.26%	16.03%
Experiencias intensas	5.77%	7.69%	25.00%	38.46%	23.08%
Sentimientos por ser humano	1.92%	6.41%	23.08%	38.46%	30.13%
Dimensión: Trascendencia	1.92%	3.21%	32.05%	34.62%	28.21%

Figura 12

Resultados Específicos Para la Dimensión: Trascendencia Según Indicadores



A través de la tabla 13 y la figura 12 se presentan los resultados generales de la dimensión “Trascendencia”, de acuerdo a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 34.62% de los estudiantes percibe esta dimensión como alta, mientras que un 28.21% la califica como muy alta. Solo un 1.92% la percibe como muy baja, lo que explica que la mayoría de los estudiantes siente que tiene una conexión significativa con aspectos trascendentales o que van más allá de lo cotidiano.

En cuanto a los indicadores específicos, la “Integración a las cosas” es evaluada como alta por el 35.26% de los estudiantes, mientras que un 40.38% la califica como regular, lo que indica que muchos estudiantes se sienten conectados, pero no de forma intensa. En cuanto a las “Experiencias intensas”, un 38.46% lo califica como alto y un 23.08% como muy alto, lo que explica que una parte significativa de los estudiantes experimenta momentos de profunda felicidad o conexión. Respecto a los “Sentimientos por ser humano”, un 38.46% lo percibe como alto y un 30.13% como muy alto, lo que indica que muchos estudiantes sienten una fuerte conexión con la humanidad y con los valores universales, lo cual explica su sentido de trascendencia.

5.3.2.5. Resultados Específicos de la Dimensión: Apoyo del Grupo Familiar.

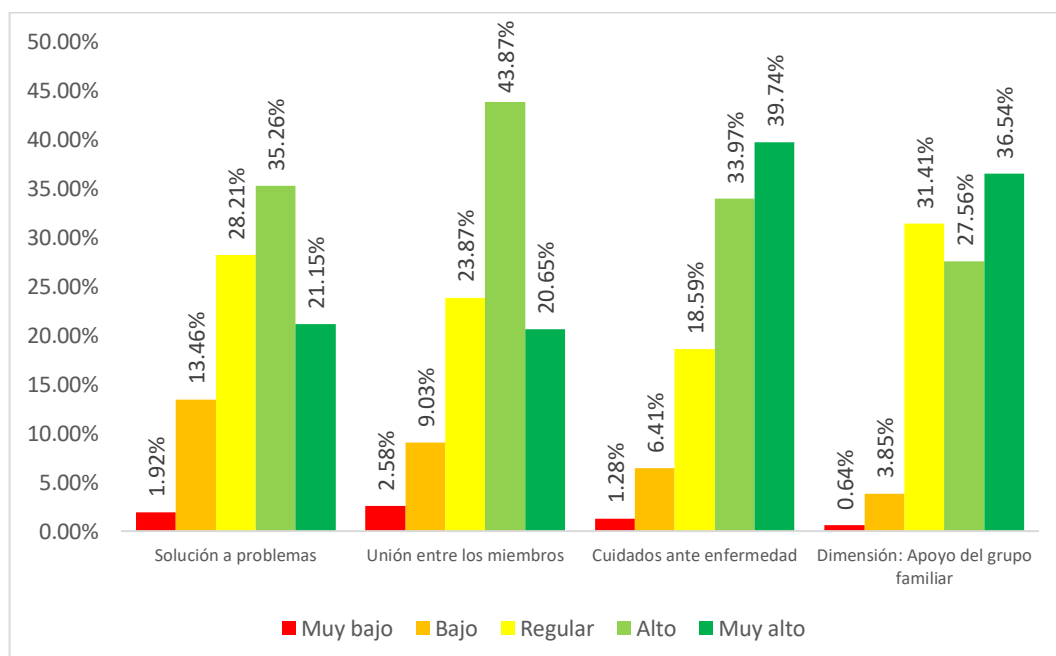
Tabla 14

Resultados Específicos Para la Dimensión: Apoyo del Grupo Familiar Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Solución a problemas	1.92%	13.46%	28.21%	35.26%	21.15%
Unión entre los miembros	2.58%	9.03%	23.87%	43.87%	20.65%
Cuidados ante enfermedad	1.28%	6.41%	18.59%	33.97%	39.74%
Dimensión: Apoyo del grupo familiar	0.64%	3.85%	31.41%	27.56%	36.54%

Figura 13

Resultados Específicos Para la Dimensión: Apoyo del Grupo Familiar Según Indicadores



A través de la tabla 14 y la figura 13 se presentan los resultados generales de la dimensión “Apoyo del grupo familiar”, de acuerdo a los estudiantes de la

Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 36.54% de los estudiantes percibe esta dimensión como muy alta, mientras que un 27.56% la califica como alta. Solo un 0.64% de los estudiantes percibe un apoyo familiar muy bajo, lo que explica que la mayoría de los estudiantes cuenta con un respaldo fuerte de su entorno familiar.

En los indicadores específicos, el “Apoyo en la solución a problemas” es evaluado como alto por el 35.26% de los estudiantes y como muy alto por un 21.15%, lo que indica que la mayoría siente que su familia los apoya eficazmente en la resolución de problemas. En cuanto a la “Unión entre los miembros”, un 43.87% de los estudiantes percibe un alto nivel de unión familiar, mientras que un 20.65% lo califica como muy alto, lo que indica relaciones familiares cohesionadas. Respecto a los “Cuidados ante enfermedad”, un 39.74% de los estudiantes lo percibe como muy alto y un 33.97% como alto, lo que explica que la mayoría se siente apoyado por su familia en caso de enfermedad o emergencia.

5.3.2.6. Resultados Específicos de la Dimensión: Apoyo Social.

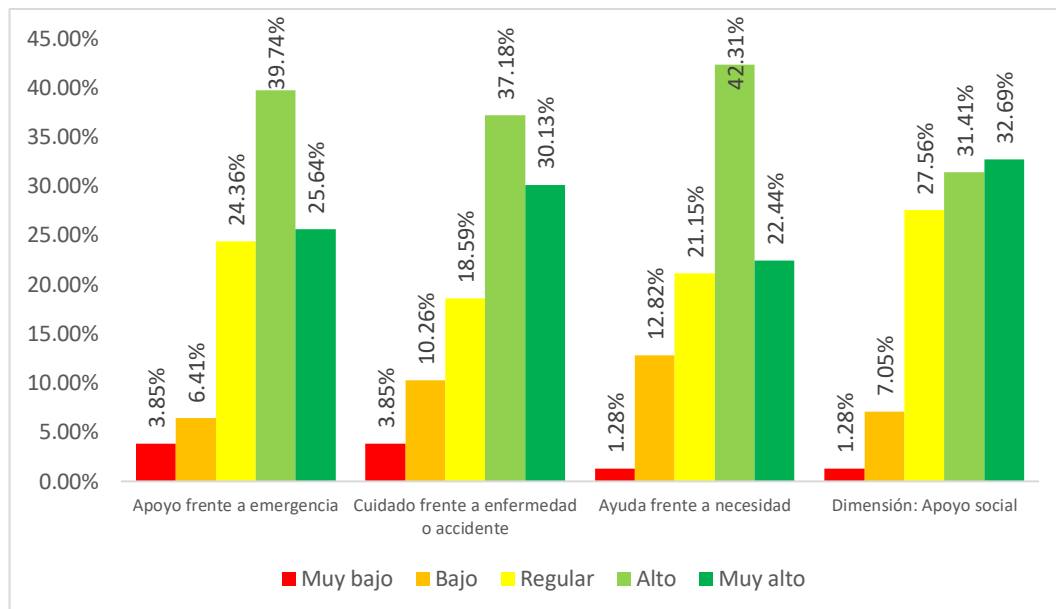
Tabla 15

Resultados Específicos Para la Dimensión: Apoyo Social Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Apoyo frente a emergencia	3.85%	6.41%	24.36%	39.74%	25.64%
Cuidado frente a enfermedad o accidente	3.85%	10.26%	18.59%	37.18%	30.13%
Ayuda frente a necesidad	1.28%	12.82%	21.15%	42.31%	22.44%
Dimensión: Apoyo social	1.28%	7.05%	27.56%	31.41%	32.69%

Figura 14

Resultados Específicos Para la Dimensión: Apoyo Social Según Indicadores



A través de la tabla 15 y la figura 14 se presentan los resultados generales de la dimensión “Apoyo social”, de acuerdo a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 32.69% de los estudiantes percibe esta dimensión como muy alta, mientras que un 31.41% la califica como alta. Solo un 1.28% reporta un apoyo social muy bajo, lo que explica que la mayoría de los estudiantes cuenta con un respaldo significativo de su entorno social.

En los indicadores específicos, el “Apoyo frente a emergencia” es evaluado como alto por el 39.74% de los estudiantes, mientras que un 25.64% lo percibe como muy alto, lo que indica que los estudiantes confían en recibir ayuda de su red social en situaciones de emergencia. En cuanto al “Cuidado frente a enfermedad o accidente”, un 37.18% lo califica como alto y un 30.13% como muy alto, lo que indica una percepción positiva de la disponibilidad de apoyo en caso de problemas de salud. Respecto a la “Ayuda frente a necesidad”, un 42.31% de los estudiantes lo percibe como alto y un 22.44% como muy alto, lo que muestra que la mayoría de los estudiantes se siente respaldado por amigos y conocidos en situaciones de necesidad.

5.3.2.7. Resultados Específicos de la Dimensión: Relaciones con el Grupo Primario.

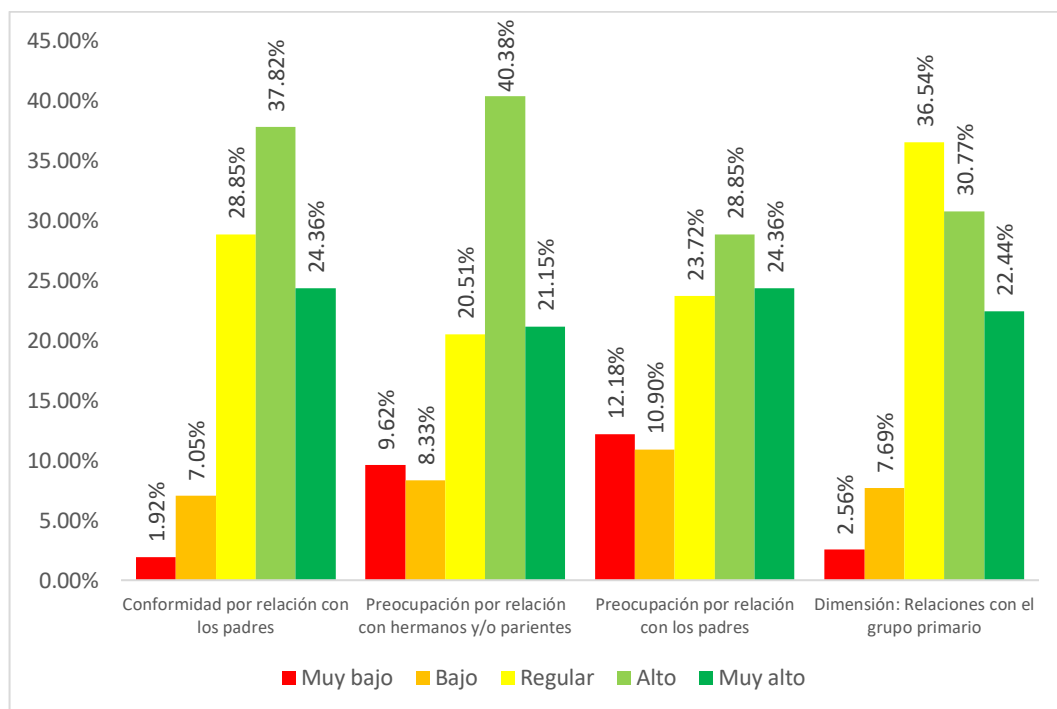
Tabla 16

Resultados Específicos Para la Dimensión: Relaciones con el Grupo Primario Según Indicadores

	Muy Bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto
Conformidad por relación con los padres	1.92%	7.05%	28.85%	37.82%	24.36%
Preocupación por relación con hermanos y/o parientes	9.62%	8.33%	20.51%	40.38%	21.15%
Preocupación por relación con los padres	12.18%	10.90%	23.72%	28.85%	24.36%
Dimensión: Relaciones con el grupo primario	2.56%	7.69%	36.54%	30.77%	22.44%

Figura 15

Resultados Específicos Para la Dimensión: Relaciones con el Grupo Primario Según Indicadores



A través de la tabla 16 y la figura 15 se presentan los resultados generales de la dimensión “Relaciones con el grupo primario”, de acuerdo a los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. De acuerdo con los resultados, el 36.54% de los estudiantes percibe esta dimensión como regular, mientras que un 30.77% la califica como alta y un 22.44% como muy alta. Solo un 2.56% la considera muy baja, lo que explica que, aunque las relaciones con el grupo primario son generalmente satisfactorias, todavía hay espacio para fortalecer estas conexiones.

En cuanto a los indicadores específicos, la “Conformidad por relación con los padres” es evaluada como alta por el 37.82% de los estudiantes y como muy alta por un 24.36%, lo que indica que la mayoría está satisfecha con su relación parental. Respecto a la “Preocupación por relación con hermanos y/o parientes”, un 40.38% la califica como alta, aunque un 20.51% la percibe como regular, lo que explica que, aunque las relaciones son buenas, algunos estudiantes experimentan preocupaciones en este aspecto. En el indicador “Preocupación por relación con los padres”, un 28.85% lo califica como alto y un 24.36% como muy alto, lo que indica que las relaciones familiares, en general, son un aspecto importante para los estudiantes, aunque algunos perciben ciertos problemas que puede requerir atención.

5.4. Comprobación de las Hipótesis

Para evaluar la correlación, es esencial identificar la prueba que mejor se ajusta para validar la relación entre las variables. Dado el tamaño de la población estudiada, se aplica la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov, la cual se interpreta de la siguiente manera:

P-valor > 0.05 : Se observa una distribución normal.

P-valor < 0.05 : No se observa una distribución normal.

El resultado obtenido de esta prueba es el siguiente:

5.4.1. Prueba de Distribución de Normalidad

Tabla 17

Prueba de Normalidad de Kolmogorov-Smirnov

		Variable 1: Calidad de Vida	Variable 2: Bienestar Emocional
N		155	155
Parámetros normales(a,b)	Media	3.69	3.88
	Desviación típica	.802	.770
Diferencias más extremas	Absoluta	.287	.265
	Positiva	.219	.229
	Negativa	-.287	-.265
Z de Kolmogorov-Smirnov		3.585	3.306
Sig. asintót. (bilateral)		.000	.000

El valor de significancia obtenido es inferior a 0.05, lo que indica que los datos analizados no siguen una distribución normal. En consecuencia, la prueba de correlación que se ajusta mejor para verificar la relación es la de Rho-Spearman. Esta prueba determinará si hay o no correlación, utilizando los siguientes criterios:

P-valor > 0.05: No se observa una relación significativa.

P-valor < 0.05: Se observa una relación significativa.

Asimismo, para evaluar el grado de relación entre las variables, se presenta la tabla de interpretación del coeficiente de correlación de Spearman, según Martínez y Campos (2015), que evalúa la fuerza y dirección de la relación entre dos variables ordinales. Este coeficiente, que varía entre -1 y 1, indica lo siguiente: un valor cercano a 1 indica una fuerte correlación positiva, mientras que un valor cercano a -1 indica una correlación negativa perfecta. Un valor cercano a 0 sugiere la ausencia de correlación significativa, y valores intermedios (entre -0.30 y 0.30) representan relaciones moderadas, ya sean positivas o negativas, dependiendo del signo y magnitud del coeficiente.

Tabla 18*Interpretación del Coeficiente de Correlación de Spearman*

Valor de rho	Significado
- 1	Correlación negativa grande y perfecta
- 0.9 a 0.99	Correlación negativa muy alta
- 0.7 a 0.89	Correlación negativa alta
- 0.4 a 0.69	Correlación negativa moderada
- 0.2 a 0.39	Correlación negativa baja
- 0.01 a 0.19	Correlación negativa muy baja
0	Correlación nula
0.01 a 0.19	Correlación positiva muy baja
0.2 a 0.39	Correlación positiva baja
0.4 a 0.69	Correlación positiva moderada
0.7 a 0.89	Correlación positiva alta
0.9 a 0.99	Correlación positiva muy alta
1	Correlación positiva grande y perfecta

Fuente: (Martínez & Campos, 2015).

A continuación, se desarrollará el contraste de las hipótesis.

5.4.2. Prueba de Hipótesis General

La hipótesis establece:

H0: La calidad de vida no se relaciona de forma significativa con el bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

H1: La calidad de vida se relaciona de forma significativa con el bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

El resultado de la prueba de Rho-Spearman que comprueba la hipótesis es:

Tabla 19*Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis General*

		Variable 2: Bienestar Emocional	
Rho de Spearman	Variable 1: Calidad de vida	Coeficiente de correlación	0.603
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	155

En base a la prueba de correlación de Rho-Spearman, se tiene que el coeficiente de correlación obtenido es de 0.603, lo que explica la existencia de una correlación positiva moderada entre la calidad de vida y el bienestar emocional en los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. Este resultado permite explicar que, a medida que mejora la calidad de vida de los estudiantes, también tiende a mejorar su bienestar emocional de manera significativa. Además, el p-valor de 0.000 permite rechazar la hipótesis nula (H0) y aceptar la hipótesis alterna (H1), lo que confirma que existe una relación significativa entre ambas variables en el contexto estudiado.

5.4.3. Prueba de Hipótesis Específicas

5.4.3.1. Prueba de Hipótesis Específica 1.

La hipótesis específica 1 indica lo siguiente:

H0: La calidad de vida no se relaciona de forma significativa con la correspondencia entre expectativas y logros en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024

H1: La calidad de vida se relaciona de forma significativa con la correspondencia entre expectativas y logros en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024

El resultado de la prueba de Rho-Spearman que comprueba la hipótesis es:

Tabla 20*Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 1*

		Dimensión: Correspondencia entre Expectativas y Logros	
Rho de Spearman	Variable 1: Calidad de vida	Coefficiente de correlación	0.465
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	155

En base a la prueba de correlación de Rho-Spearman, se tiene que el coeficiente de correlación obtenido es de 0.465, lo que explica la existencia de una correlación positiva moderada entre la calidad de vida y la correspondencia entre expectativas y logros en los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. Este resultado permite explicar que, a medida que mejora la calidad de vida de los estudiantes, también aumenta la correspondencia entre sus expectativas y los logros alcanzados. Además, el p-valor de 0.000 permite rechazar la hipótesis nula (H0) y aceptar la hipótesis alterna (H1), lo que confirma que existe una relación significativa entre ambas variables en el contexto estudiado.

5.4.3.2. Prueba de Hipótesis Específica 2.

La hipótesis específica 2 establece:

H0: La calidad de vida no se relaciona de forma significativa con la confianza para afrontar dificultades en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

H1: La calidad de vida se relaciona de forma significativa con la confianza para afrontar dificultades en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

El resultado de la prueba de Rho-Spearman que comprueba la hipótesis es:

Tabla 21*Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 2*

			Dimensión: Confianza para Afrontar Dificultades
Rho de Spearman	Variable 1: Calidad de vida	Coefficiente de correlación	0.432
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	155

En base a la prueba de correlación de Rho-Spearman, se tiene que el coeficiente de correlación obtenido es de 0.432, lo que explica la existencia de una correlación positiva moderada entre la calidad de vida y la confianza para afrontar dificultades en los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. Este resultado permite explicar que una mejora en la calidad de vida de los estudiantes se asocia con un aumento en su confianza para enfrentar y superar desafíos. Además, el p-valor de 0.000 permite rechazar la hipótesis nula (H0) y aceptar la hipótesis alterna (H1), confirmando que existe una relación significativa entre ambas variables en el contexto estudiado.

5.4.3.3. Prueba de Hipótesis Específica 3.

La hipótesis específica 3 establece:

H0: La calidad de vida no se relaciona de forma significativa con la trascendencia en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

H1: La calidad de vida se relaciona de forma significativa con la trascendencia en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

El resultado de la prueba de Rho-Spearman que comprueba la hipótesis es:

Tabla 22*Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 3*

		Dimensión: Trascendencia	
Rho de Spearman	Variable 1: Calidad de vida	Coefficiente de correlación	0.430
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	155

En base a la prueba de correlación de Rho-Spearman, se tiene que el coeficiente de correlación obtenido es de 0.430, lo que explica la existencia de una correlación positiva moderada entre la calidad de vida y la trascendencia en los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. Este resultado permite explicar que una mejora en la calidad de vida de los estudiantes está asociada con un aumento en su sentido de trascendencia o conexión con algo más grande que ellos mismos. Además, el p-valor de 0.000 permite rechazar la hipótesis nula (H0) y aceptar la hipótesis alterna (H1), lo que confirma que existe una relación significativa entre ambas variables en el contexto estudiado.

5.4.3.4. Prueba de Hipótesis Específica 4.

La hipótesis específica 4 plantea:

H0: La calidad de vida no se relaciona de forma significativa con el apoyo del grupo familiar en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

H1: La calidad de vida se relaciona de forma significativa con el apoyo del grupo familiar en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

El resultado de la prueba de Rho-Spearman que comprueba la hipótesis es:

Tabla 23*Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 4*

		Dimensión: Apoyo del Grupo Familiar	
Rho de Spearman	Variable 1: Calidad de vida	Coeficiente de correlación	0.456
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	155

En base a la prueba de correlación de Rho-Spearman, se tiene que el coeficiente de correlación obtenido es de 0.456, lo que explica la existencia de una correlación moderada entre la calidad de vida y el apoyo del grupo familiar en los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. Este resultado permite explicar que una mejora en la calidad de vida de los estudiantes está asociada con un aumento en la percepción del apoyo que reciben de su grupo familiar. Además, el p-valor de 0.000 permite rechazar la hipótesis nula (H0) y aceptar la hipótesis alterna (H1), lo que confirma que existe una relación significativa entre ambas variables en el contexto estudiado.

5.4.3.5. Prueba de Hipótesis Específica 5.

La hipótesis específica 5 formula:

H0: La calidad de vida no se relaciona de forma significativa con el apoyo social en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

H1: La calidad de vida se relaciona de forma significativa con el apoyo social en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

El resultado de la prueba de Rho-Spearman que comprueba la hipótesis es:

Tabla 24*Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 5*

			Dimensión: Apoyo Social
Rho de Spearman	Variable 1: Calidad de vida	Coefficiente de correlación	0.416
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	155

En base a la prueba de correlación de Rho-Spearman, se tiene que el coeficiente de correlación obtenido es de 0.416, lo que explica la existencia de una correlación moderada entre la calidad de vida y el apoyo social en los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. Este resultado permite explicar que una mejora en la calidad de vida de los estudiantes está asociada con un incremento en la percepción del apoyo social que reciben de su entorno. Además, el p-valor de 0.000 permite rechazar la hipótesis nula (H0) y aceptar la hipótesis alterna (H1), lo que confirma que existe una relación significativa entre ambas variables en el contexto estudiado.

5.4.3.6. Prueba de Hipótesis Específica 6.

La hipótesis específica 6 propone:

H0: La calidad de vida no se relaciona de forma significativa con las relaciones con el grupo primario en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

H1: La calidad de vida se relaciona de forma significativa con las relaciones con el grupo primario en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.

El resultado de la prueba de Rho-Spearman que comprueba la hipótesis es:

Tabla 25*Prueba de Correlación Rho-Spearman Para Contrastar la Hipótesis Específica 6*

		Dimensión: Relaciones con el Grupo Primario	
Rho de Spearman	Variable 1: Calidad de vida	Coefficiente de correlación	0.333
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	155

En base a la prueba de correlación de Rho-Spearman, se tiene que el coeficiente de correlación obtenido es de 0.333, lo que explica la existencia de una correlación positiva baja entre la calidad de vida y las relaciones con el grupo primario en los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. Este resultado permite explicar que, aunque existe una relación entre la mejora en la calidad de vida y las relaciones con el grupo primario, esta relación es menos intensa en comparación con otras dimensiones. Además, el p-valor de 0.000 permite rechazar la hipótesis nula (H0) y aceptar la hipótesis alterna (H1), confirmando que existe una relación significativa entre ambas variables en el contexto estudiado.

5.5. Discusión

El análisis de la variable “Calidad de vida” en los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, revela una percepción mayormente positiva en sus dimensiones. La mayoría de los estudiantes percibe su calidad de vida como alta, con un 50.64% en esta categoría, lo que indica que las condiciones generales en términos de salud, hogar, medios de comunicación, educación y ocio, relaciones sociales y economía son favorables. Específicamente, la dimensión “Hogar” destaca con un 58.97% de estudiantes que la perciben como alta, lo que indica que el entorno doméstico es un pilar importante en su calidad de vida. Sin embargo, la dimensión “Medios de comunicación” presenta una percepción más equilibrada, con un 35.26% de los

estudiantes calificándola como regular, lo que puede denotar una necesidad de mejorar la calidad y relevancia del contenido mediático al que tienen acceso. Además, la dimensión “Salud” es otra área de fortaleza, con un 42.95% de los estudiantes que la califican como alta y un 30.77% como muy alta, lo que indica que tanto la salud personal como la de sus familiares se perciben como satisfactorias, un factor crucial para el bienestar general. Por otro lado, las dimensiones relacionadas con “Educación y ocio” y “Economía” muestran una percepción positiva, aunque con una proporción significativa de estudiantes que las califican como regulares, un 39.10% y un 26.92% respectivamente, lo que indica que hay aspectos en estas áreas que pueden encontrar mejoras para elevar la calidad de vida percibida. Finalmente, las dimensiones “Amigos, vecindario, comunidad, vida familiar y extensa” y “Relaciones con el grupo primario” también indican una percepción positiva en general, aunque con indicios de que las relaciones interpersonales, especialmente dentro del entorno familiar y social más cercano, pueden ser áreas de atención para fortalecer el bienestar emocional y la calidad de vida de los estudiantes en un sentido más amplio.

Además, el análisis de la variable “Bienestar emocional” en los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, también muestra una percepción generalmente positiva, con un 49.36% de los estudiantes que la califican como alta y un 21.15% como muy alta. Las dimensiones “Apoyo del grupo familiar” y “Apoyo social” son particularmente destacadas, con la mayoría de los estudiantes sintiendo un fuerte respaldo tanto de su entorno familiar como de su círculo social, lo que es fundamental para su estabilidad emocional. La dimensión “Trascendencia” también indica una buena conexión de los estudiantes con valores más profundos y experiencias significativas, aunque un 32.05% la percibe como regular, lo que puede indicar la necesidad de fortalecer esta dimensión para aquellos que no experimentan esta conexión con la misma intensidad. Por otro lado, la “Confianza para afrontar dificultades” y las “Relaciones con el grupo primario” presentan una percepción más equilibrada, con un número considerable de estudiantes que las perciben como regulares, lo que indica que, aunque muchos se sienten emocionalmente fuertes y

capaces de manejar desafíos, hay un grupo que puede encontrar mejoras de un mayor apoyo o desarrollo de habilidades para fortalecer su resiliencia y bienestar emocional en general.

Así mismo, la correlación entre la calidad de vida y el bienestar emocional en los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, ha sido comprobada a través de la prueba de correlación de Rho-Spearman, que permitió calcular un coeficiente de 0.603 con un p-valor de 0.000, indicando una relación significativa y moderada entre ambas variables. Este resultado indica que mejoras en la calidad de vida están directamente asociadas con un aumento en el bienestar emocional de los estudiantes, lo cual se indica también en las correlaciones obtenidas para las hipótesis específicas. Las dimensiones analizadas, como la correspondencia entre expectativas y logros, la confianza para afrontar dificultades, la trascendencia, el apoyo familiar y social, y las relaciones con el grupo primario, presentan correlaciones moderadas con la calidad de vida, variando entre 0.333 y 0.465. Estos hallazgos subrayan la importancia de mejorar los aspectos relacionados con la calidad de vida, ya que estos tienen un impacto directo y significativo en el bienestar emocional de los estudiantes, lo que es crucial para su desarrollo integral y rendimiento académico.

Estos hallazgos se contrastaron con las investigaciones previamente citados en los antecedentes. Así, a nivel internacional, el estudio de Gómez y Montero (2019), realizado en la Universidad de la Costa en Barranquilla, Colombia, encontró que los estudiantes universitarios disfrutaban de un nivel favorable de calidad de vida en relación con la salud física y mental, con una notable diferencia entre sexos, donde los varones mostraban un mayor nivel de salud y calidad de vida. Estos hallazgos guardan similitudes con los resultados obtenidos en la presente investigación en Tacna, donde también se evidenció que la mayoría de los estudiantes percibe su calidad de vida como alta, especialmente en las dimensiones de salud y hogar. Sin embargo, a diferencia del estudio colombiano, la presente investigación no realiza un análisis por sexos, lo que puede ofrecer una perspectiva adicional sobre las diferencias en la percepción de calidad de vida entre hombres y mujeres en el contexto estudiado.

Por su parte, el trabajo de Marcalla (2022), que exploró la relación entre bienestar psicológico, calidad de vida y salud mental en el Pueblo Chibuleo, presentó resultados mixtos, donde la calidad de vida estuvo por encima del nivel mínimo aceptable, mientras que los indicadores de salud mental fueron más bajos. Este estudio contrasta en algunos aspectos con la presente investigación, ya que los estudiantes de Tacna presentaron una percepción positiva tanto de su calidad de vida como de su bienestar emocional, indicando un equilibrio más favorable entre estas variables. Aunque ambos estudios identifican una correlación entre calidad de vida y bienestar psicológico, la intensidad de esta correlación y la distribución de los resultados en salud mental varían, posiblemente debido a diferencias contextuales y demográficas entre las poblaciones estudiadas.

En tanto, el artículo de López et al. (2023), que analizó la gestión emocional de estudiantes universitarias en México durante la pandemia de COVID-19, resalta la importancia del entorno familiar y social en la gestión de las demandas académicas y laborales, destacando cómo las estudiantes desarrollaron estrategias emocionales para equilibrar múltiples responsabilidades. Los hallazgos de este estudio son consistentes con los resultados obtenidos en la presente investigación, donde el apoyo familiar y social también emerge como un factor crucial en el bienestar emocional de los estudiantes. Sin embargo, mientras que el estudio mexicano se centra en la gestión de emociones en un contexto de crisis, la investigación en Tacna indica una situación más estable, con un enfoque en la correlación entre la calidad de vida general y el bienestar emocional, lo que indica que, aunque ambos estudios resaltan la importancia del entorno social, las dinámicas y desafíos específicos pueden diferir según el contexto y las circunstancias vividas por los estudiantes.

Respecto a los antecedentes nacionales, el estudio de Otoya (2022), que evaluó la conexión entre el bienestar psicológico y la calidad de vida en estudiantes de enfermería en Lima, encontró una fuerte correlación positiva entre ambas variables, con un coeficiente de correlación de 0.807. Estos hallazgos contrastan con los resultados de la presente investigación en Tacna, donde se identificó una correlación moderada entre calidad de vida y bienestar emocional, con un

coeficiente de 0.603. Aunque ambas investigaciones confirman una relación significativa entre las variables, la intensidad de la correlación es mayor en el contexto de los estudiantes de enfermería en prácticas preprofesionales, lo que puede sugerir que la experiencia práctica y el entorno profesional se asocia de manera más contundente en la percepción de calidad de vida y bienestar psicológico en este grupo específico.

Asimismo, en la investigación de Rojas (2023), realizada con estudiantes de psicología en Villa El Salvador, se encontró una correlación significativa, pero de menor magnitud ($\rho = 0.377$) entre la calidad de vida y el bienestar psicológico. Estos resultados son similares a los obtenidos en la presente investigación en cuanto a la relación entre la calidad de vida y algunas dimensiones del bienestar emocional, donde se observaron correlaciones bajas a moderadas, como en la relación con el grupo primario ($\rho = 0.333$). Esto indica que, en ambos estudios, aunque la calidad de vida está relacionada con el bienestar emocional o psicológico, esta relación puede variar en intensidad dependiendo de factores contextuales y las características particulares de las poblaciones estudiadas.

Así también, el estudio de Sivincha (2023), que exploró la relación entre calidad de vida y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública en Lima Metropolitana, reveló una correlación significativa y positiva entre ambas variables, con asociaciones positivas en la mayoría de las dimensiones del bienestar psicológico. Estos resultados son congruentes con los hallazgos de la presente investigación, donde también se identificó una correlación moderada y significativa entre la calidad de vida y el bienestar emocional en general. Sin embargo, en el estudio de Sivincha se observó que el crecimiento personal no estaba significativamente relacionado con la calidad de vida, lo cual difiere de la presente investigación donde todas las dimensiones evaluadas mostraron una correlación significativa con la calidad de vida, sugiriendo que en el contexto de investigación, los estudiantes perciben una influencia más amplia de la calidad de vida en diversos aspectos de su bienestar emocional.

En cuanto a los antecedentes locales, el estudio de Delgado (2019) en la Institución Educativa N° 42237 “Jorge Chávez” en Tacna, que exploró la relación

entre la calidad de vida y la actitud hacia el emprendimiento en estudiantes de secundaria, encontró que la calidad de vida tiene un impacto significativo en la actitud emprendedora. Estos hallazgos coinciden con los resultados de la presente investigación, donde se evidenció una correlación significativa y moderada entre la calidad de vida y el bienestar emocional en los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024. Ambos estudios resaltan la importancia de un entorno que favorezca el bienestar general de los estudiantes, sugiriendo que una mejor calidad de vida no solo se asocia positivamente con el bienestar emocional, sino también en la actitud emprendedora, subrayando la importancia de un entorno educativo y familiar propicio para el desarrollo integral de los jóvenes.

Suricallo y Ticona (2021) realizaron un estudio en Tacna que mostró una correlación significativa entre la calidad de vida laboral y el bienestar psicológico en el personal de salud y administrativo de una clínica, con correlaciones moderadas a altas en varias dimensiones. Estos resultados son similares a los encontrados en la presente investigación, donde se identificó una correlación moderada entre la calidad de vida y el bienestar emocional en estudiantes. Ambos estudios destacan que una mejor calidad de vida, ya sea en el contexto laboral o educativo, se asocia con un mayor bienestar psicológico o emocional. Sin embargo, la intensidad de la correlación observada en el personal de salud y administrativo es algo mayor, lo que puede indicar las diferencias en las demandas y el contexto laboral en comparación con el ambiente educativo de los estudiantes.

El estudio de Candela y Guerra (2022), que analizó la relación entre el estrés percibido y el bienestar psicológico durante la emergencia nacional por COVID-19 en estudiantes universitarios de Tacna, encontró que una proporción significativa de estudiantes experimentó niveles moderados de estrés, lo que afectó su bienestar psicológico. Estos hallazgos tienen paralelismos con los resultados de la presente investigación, donde se observó que una percepción positiva de la calidad de vida está asociada con un mayor bienestar emocional. Aunque el enfoque de Candela y Guerra se centró en el impacto del estrés durante una crisis sanitaria, ambos estudios resaltan la importancia del entorno y las condiciones de vida en la percepción del

bienestar emocional y psicológico de los estudiantes, sugiriendo que tanto el manejo del estrés como la mejora de la calidad de vida son esenciales para el bienestar general de los jóvenes.

Capítulo VI

Conclusiones y Sugerencias

6.1. Conclusiones

6.1.1. Primera

Se determinó que la calidad de vida se relaciona de forma significativa con el bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, lo que se estableció de acuerdo al valor de significancia menor de 0.05, conforme a la prueba de Rho-Spearman, que arrojó un coeficiente de correlación de 0.603. Esto revela que los componentes de la calidad de vida, tales como la salud, el entorno familiar, el acceso a recursos educativos y recreativos, y la estabilidad económica, están significativamente asociados con el bienestar emocional, el cual abarca la satisfacción personal, la capacidad de gestionar emociones y mantener relaciones sociales saludables.

6.1.2. Segunda

Se determinó que la calidad de vida se relaciona de forma significativa con la correspondencia entre expectativas y logros en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, lo que se estableció de acuerdo al valor de significancia menor de 0.05, conforme a la prueba de Rho-Spearman, con un coeficiente de correlación de 0.465. Este resultado revela que los estudiantes que disfrutaban de una mayor calidad de vida, caracterizada por un entorno seguro, acceso a oportunidades educativas, y una adecuada estabilidad familiar y económica, tienden a experimentar una mayor

alineación entre sus expectativas y los logros alcanzados, lo que se relaciona con su autoestima y satisfacción personal.

6.1.3. Tercera

Se determinó que la calidad de vida se relaciona de forma significativa con la confianza para afrontar dificultades en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, lo que se estableció de acuerdo al valor de significancia menor de 0.05, conforme a la prueba de Rho-Spearman, que indicó un coeficiente de correlación de 0.432. Esto revela que una mejor calidad de vida, indicada en un entorno de apoyo familiar, acceso a recursos y oportunidades, y una adecuada salud física y mental, está asociada con una mayor confianza en los estudiantes para enfrentar y superar desafíos, fortaleciendo así su resiliencia y capacidad para manejar situaciones difíciles.

6.1.4. Cuarta

Se determinó que la calidad de vida se relaciona de forma significativa con la trascendencia en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, lo que se estableció de acuerdo al valor de significancia menor de 0.05, conforme a la prueba de Rho-Spearman, que arrojó un coeficiente de correlación de 0.430. Este resultado indica que los componentes de la calidad de vida, como un entorno familiar y social positivo, acceso a educación y recursos culturales, y una buena salud física y mental, están significativamente asociados con la capacidad de los estudiantes para encontrar significado y propósito en sus vidas, conectarse con valores universales y experimentar una sensación de trascendencia.

6.1.5. Quinta

Se determinó que la calidad de vida se relaciona de forma significativa con el apoyo del grupo familiar en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, lo que se estableció de acuerdo al valor de significancia menor de 0.05, conforme a la prueba de Rho-Spearman, con un coeficiente de correlación de 0.456. Esto revela que los estudiantes que disfrutan de una mayor calidad de vida, caracterizada por un entorno familiar estable y afectuoso, acceso a recursos educativos y de salud, y una adecuada situación económica, perciben un mayor apoyo familiar, lo que contribuye a su seguridad emocional y bienestar general, especialmente en la resolución de problemas y en la atención en caso de enfermedad.

6.1.6. Sexta

Se determinó que la calidad de vida se relaciona de forma significativa con el apoyo social en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, lo que se estableció de acuerdo al valor de significancia menor de 0.05, conforme a la prueba de Rho-Spearman, que arrojó un coeficiente de correlación de 0.416. Este resultado indica que los componentes de la calidad de vida, tales como un entorno seguro, acceso a medios de comunicación y recursos educativos, y una adecuada salud física y mental, están significativamente asociados con la percepción de los estudiantes de contar con un sólido apoyo social, tanto en situaciones de emergencia como en la cotidianidad, fortaleciendo sus redes de apoyo y contribuyendo a su bienestar emocional.

6.1.7. Séptima

Se determinó que la calidad de vida se relaciona de forma significativa con las relaciones con el grupo primario en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024, lo que se

estableció de acuerdo al valor de significancia menor de 0.05, conforme a la prueba de Rho-Spearman, con un coeficiente de correlación de 0.333. Este resultado revela que una mayor calidad de vida, indicada en un entorno familiar estable, acceso a educación y recursos, y una buena salud, está asociada con mejores relaciones con el grupo primario, incluyendo padres, hermanos y otros parientes cercanos, lo que es fundamental para el apoyo emocional y la estabilidad psicológica de los estudiantes.

6.2. Sugerencias

6.2.1. Primera

Se recomienda al área de Psicología de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa implementar programas de apoyo emocional y talleres de desarrollo personal dirigidos a los estudiantes, con el objetivo de fortalecer su bienestar emocional. Estos programas pueden incluir sesiones de orientación psicológica, actividades de mindfulness y la promoción de hábitos saludables, involucrando tanto a los estudiantes como a sus familias para maximizar su impacto.

6.2.2. Segunda

Se sugiere al área de Tutoría y Orientación Educativa de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa fomentar actividades que promuevan el establecimiento y logro de metas académicas y personales entre los estudiantes. Esto puede implementarse en el programa de tutoría donde los estudiantes puedan recibir orientación sobre la planificación y el seguimiento de sus metas, así como la organización de charlas motivacionales con excadetes o profesionales exitosos que puedan servir de modelos a seguir.

6.2.3. Tercera

Se recomienda al área de Psicología de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa fortalecer los mecanismos de apoyo y desarrollo de habilidades de afrontamiento entre los estudiantes. Esto puede lograrse mediante la inclusión de módulos en el currículo que enseñen técnicas de resiliencia, manejo del estrés y resolución de problemas, además de la creación de grupos de apoyo donde los estudiantes puedan compartir experiencias y estrategias para enfrentar desafíos comunes.

6.2.4. Cuarta

Se recomienda al Director de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa incorporar actividades que refuercen el sentido de trascendencia y conexión con valores universales en los estudiantes. Esto puede lograrse mediante la promoción de proyectos de servicio comunitario, la inclusión de temas sobre ética y valores en el currículo, y la realización de eventos culturales y espirituales que permitan a los estudiantes reflexionar sobre su propósito y contribución a la sociedad.

6.2.5. Quinta

Se recomienda al área de Psicología de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa promover la participación activa de las familias en la vida escolar de los estudiantes. Esto puede incluir la organización de encuentros periódicos entre padres, maestros y estudiantes para discutir el progreso académico y emocional, así como la creación de talleres para padres que les proporcionen herramientas para apoyar mejor a sus hijos en la resolución de problemas y en el fortalecimiento de los lazos familiares.

6.2.6. Sexta

Se sugiere al área de Tutoría y Orientación Educativa de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa fortalecer las redes de apoyo social dentro de la comunidad escolar. Esto puede incluir la creación de un programa de mentores donde estudiantes mayores o excadetes ofrezcan apoyo y orientación a los más jóvenes, así como la promoción de actividades extracurriculares que fomenten la colaboración y el trabajo en equipo entre los estudiantes, mejorando así sus relaciones interpersonales y el sentido de pertenencia.

6.2.7. Séptima

Se recomienda al Director de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa implementar estrategias para mejorar las relaciones de los estudiantes con su grupo primario, especialmente con sus padres y hermanos. Esto puede lograrse mediante la organización de actividades familiares dentro del entorno escolar, tales como jornadas de integración familiar, charlas sobre comunicación efectiva y la promoción de un ambiente escolar que valore y refuerce las relaciones familiares como un pilar fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes.

Referencias

- Aldridge, J., & McChesney, K. (2018). The relationships between school climate and adolescent mental health and wellbeing: A systematic literature review. *Journal of School Health*, 88(3), 190-202. doi:<https://doi.org/10.1111/josh.12608>
- Asadi, M. (2017). The Role of Family Health and Psychological Well-Being in the Prediction of the Students' Quality of Life. *Indian Journal of Positive Psychology*, 8(1). doi:<https://doi.org/10.15614/ijpp%2F2017%2Fv8i1%2F147200>
- Candela, B., & Guerra, M. (2022). *Estrés percibido y bienestar psicológico durante la emergencia nacional por covid-19, en estudiantes de la Universidad Privada de Tacna, 2021*. [Tesis de maestría, Universidad Privada de Tacna] Repositorio institucional de la UPT. <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/2522>.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.
- De Fraine, B., Van Landeghem, G., & Van Damme, J. &. (2005). An analysis of well-being in secondary school with multilevel growth curve models and multilevel multivariate models. *Springer, Vol 39.*, 297-316.
- Deci, E., & Ryan, R. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 1-11. doi:<https://doi.org/10.1007/s10902-006-9018-1>
- Delgado, N. (2019). *La calidad de vida y la actitud hacia el emprendimiento de los estudiantes del 3er. al 5to. año de secundaria de la institución educativa N° 42237 “Jorge Chávez” del distrito de Crnl. Gregorio Albarracín Lanchipa de la ciudad de Tacna, periodo 2017*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada de Tacna] Repositorio institucional de la UPT. <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/1479>.
- Diario La República. (8 de agosto de 2023). *Casi el 98% de instituciones educativas nacionales no cuentan con al menos un psicólogo*. Obtenido de

<https://data.larepublica.pe/sociedad/2023/08/08/psicologos-en-colegios-casi-el-98-de-instituciones-educativas-nacionales-no-cuentan-con-al-menos-un-psicologo-salud-mental-colegios-minedu-peru-109648>

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. doi:<https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43. doi:<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Duvnjak, I. (2020). Well-Being And Life Satisfaction Of Students. *International Journal of Advanced Research*.
- Engels, N., Aelterman, A., Van Petegem, K., & Schepens, A. (2004). Factors which influence the well-being of pupils in Flemish secondary schools. *Educational Studies*, 30(2), 127-143.
- Festinger. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140. doi:<https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Fredrickson, B. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226. doi:<https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Gómez, J., & Montero, D. (2019). *Calidad de vida en relación con la salud física y mental en estudiantes de la Universidad de la Costa*. [Tesis de pregrado, Universidad de la Costa]. Repositorio institucional de la UC. <https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/4827>.
- Grimaldo, M., Correa, J., Jara, D., Cirilo, I., & Aguirre, M. (2020). Propiedades psicométricas de la escala de calidad de vida de Barnes y Olson en estudiantes limeños (ECVOB). *Health and Addictions*, 20(2), 145-156.
- Hascher, T. (2008). Quantitative and qualitative research approaches to assess student well-being. *International Journal of Educational Research*, 47(2), 84-96.
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mexico D.F.: McGraw-Hill.

- INEI. (febrero de diciembre de 2023). *Encuesta Demográfica y de Salud Familiar: Estudiantes indican que las adversidades emocionales los afectan más que las económicas*. Obtenido de <https://elcomercio.pe/corresponsales-escolares/historias/estudiantes-indican-que-las-adversidades-emocionales-los-afectan-mas-que-las-economicas-noticia/>
- Kahneman, D., & Tversky, A. (1979). Prospect theory: An analysis of decision under risk. *Econometrica*, 47(2), 263-291. doi:<https://doi.org/10.2307/1914185>
- Keyes, C. (2002). The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2). doi:<https://doi.org/10.2307/3090197>
- Konu, A., & Lintonen, T. (2020). School wellbeing in grades 4–12. *Health Education Research*, 35(2), 129-143. doi:<https://doi.org/10.1093/her/cyaa005>
- Layard, R. (2005). *Happiness: Lessons from a new science*. Penguin Books.
- López, O., Sandoval, P., González, E., & Robles, A. (2023). Gestión emocional de estudiantes universitarias ante los trabajos académico-doméstico-remunerados durante la COVID-19. *Revista de Ciencias Sociales Iberoforum. México*, 3(2), 1-36. doi:<https://doi.org/10.48102/if.2023.v3.n2.316>
- Marcalla, N. (2022). *Bienestar psicológico, calidad de vida y salud mental en personas pertenecientes al Pueblo Chibuleo*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio institucional de la PUCE. https://www.researchgate.net/publication/367380242_bienestar_psicologico_calidad_de_vida_y_salud_mental_en_perso.
- Martínez, A., & Campos, W. (2015). Correlación entre Actividades de Interacción Social Registradas con Nuevas Tecnologías y el grado de Aislamiento Social en los Adultos Mayores. *Revista mexicana de ingeniería biomédica*, 181-191.

- Omar, A., Paris, L., Aguiar, M., Almeida, S., & Pino, R. (2009). Validación del inventario de bienestar subjetivo con muestras de jóvenes y adolescentes argentinos, brasileros y mexicanos. *Suma Psicológica*, *16*(2), 69-84.
- Opendakker, M., & Van Damme, J. (2019). Relationships between school composition and characteristics of school process with the achievement growth of third grade students. *School Effectiveness and School Improvement*, *30*(1), 51-77.
doi:<https://doi.org/10.1080/09243453.2018.1528625>
- Otoya, G. (2022). *Bienestar psicológico y calidad de vida de los estudiantes que realizan prácticas pre-profesionales de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Norbert Wiener]. Repositorio institucional de la UNW.<https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/8136>.
- Piguaycho, A. (2021). Salud mental positiva en estudiantes de Enfermería de Tacna frente al COVID-19. *Investigación e Innovación*, *1*(2), 78-89.
doi:<https://doi.org/10.33326/27905543.2021.2.1225>
- Roeser, R., Eccles, J., & Sameroff, A. (2000). School as a context of early adolescents' academic and social-emotional development: A summary of research findings. *Elementary School Journal*, *100*(5), 443-471.
doi:<https://doi.org/10.1086/499650>
- Roeser, R., Eccles, J., & Sameroff, A. (2000). School as a context of early adolescents' academic and social-emotional development: A summary of research findings. *The Elementary School Journal*, *100*(5), 443-471.
- Rojas, F. (2023). *Calidad de vida y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Villa El Salvador*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú] Repositorio institucional de la UAP. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2986>.
- Ruggeri, K., Garcia, E., Maguire, Á., Matz, S., & Huppert, F. (2020). Well-being is more than happiness and life satisfaction: A multidimensional analysis of 21 countries. *Health Psychology*, *39*(7), 603-613.
doi:<https://doi.org/10.1037/hea0000876>

- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. doi:<https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C., & Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. doi:<https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Samdal, O., & Torsheim, T. (2019). School wellbeing among children in grades 1–10. *BMC Public Health*, 19(1), 1-12. doi:<https://doi.org/10.1186/s12889-019-6940-1>
- Seligman, M. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press.
- Seligman, M. (2017). *La auténtica felicidad*. B de Bolsillo.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. doi:<https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.1.5>
- Singh, R., Gusain, S., & Khandelwal, S. (2021). Impact of Mental Health Issues on Quality Of Life of Students. *Webology*.
- Sivincha, H. (2023). *Calidad de vida y bienestar psicológico de los estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional de la UNMSM. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/21049> .
- Suricallo, N., & Ticona, D. (2021). *Calidad de vida laboral y bienestar psicológico en el personal sanitario y administrativo de una clínica en Tacna – 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/80097>.
- Thapa, A., Cohen, J., Guffey, S., & Higgins-D'Alessandro, A. (2013). A review of school climate research. *Review of Educational Research*, 83(3), 357-385. doi:<https://doi.org/10.3102/0034654313483907>
- Torsheim, T., & Wold, B. (2001). School-related stress, school support, and somatic complaints: A general population study. *Journal of Adolescent Research*, 16(3). <https://doi.org/10.1177/0743558401163003>, 293–303.

Anexos

- **Anexo 1.** Matriz de Consistencia
- **Anexo 2.** Carta de Presentación
- **Anexo 3.** Constancia de Aplicación de Instrumentos
- **Anexo 4.** Formato de Consentimiento Informado
- **Anexo 5.** Validación por Juicio de Expertos
 - **Anexo 5.1.** Fichas de Juicio de Experto N° 01
 - **Anexo 5.2.** Fichas de Juicio de Experto N° 02
 - **Anexo 5.3.** Fichas de Juicio de Experto N° 03
- **Anexo 6.** Base de Datos de Aplicación de Instrumentos
- **Anexo 7.** Evidencia Fotográfica de Aplicación de Instrumentos

Anexo 1. Matriz de Consistencia

CALIDAD DE VIDA Y BIENESTAR EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA MILITAR CORONEL GREGORIO ALBARRACÍN LANCHIPA, TACNA 2024.

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	METODOLOGÍA	
PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL						
¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y el bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?	Determinar la relación entre la calidad de vida y el bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.	La calidad de vida se relaciona de forma significativa con el bienestar emocional en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.	Variable 1:	Hogar	Condiciones de vivienda	1 y 2	Ámbito de Estudio: Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna	
					Responsabilidades en casa			
				Medios de Comunicación	Tiempo viendo televisión y redes sociales	3, 4, 5 y 6		Ámbito Espacial: Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna
					Calidad de programas			
	Calidad del cine	7, 8, 9, 10 y 11	Ámbito Temporal: Mes de marzo del año 2024					
	Calidad de periódicos y revistas							
Educación y Ocio				Variable 1:	Situación educativa	7, 8, 9, 10 y 11	Ámbito Social: Todos los estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa matriculados al inicio del año escolar 2024	
					Vida religiosa familiar			
			Vida religiosa de la comunidad					
			Tiempo libre					
¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y la correspondencia entre expectativas y logros en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?	Determinar la relación entre la calidad de vida y la correspondencia entre expectativas y logros en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.	La calidad de vida se relaciona de forma significativa con la correspondencia entre expectativas y logros en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.	Calidad de Vida	Uso de tiempo	12, 13, 14, 15, 16, 17 y 18			
				Amigos				
				Seguridad en la comunidad				
				Recreación				
¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y la confianza para afrontar dificultades en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?	Determinar la relación entre la calidad de vida y la confianza para afrontar dificultades en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.	La calidad de vida se relaciona de forma significativa con la confianza para afrontar dificultades en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.	Economía	Familia	19, 20, 21 y 22			
				Hermandad				
				Nro. De hijos en la familia				
				Relación con parientes				
¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y la trascendencia en estudiantes de	Determinar la relación entre la calidad de vida y la trascendencia en estudiantes de	La calidad de vida se relaciona de forma significativa con la trascendencia en estudiantes de la		Satisfacción de necesidades básicas				
				Lujos				
				Dinero para gastar				
				Facilidades para hacer compras				

<p>la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?</p>	<p>la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.</p>	<p>Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.</p>	<p>Salud</p> <p>Propia salud</p> <p>Salud de otros miembros de la familia 23 y 24</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y el apoyo del grupo familiar en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?</p>	<p>Determinar la relación entre la calidad de vida y el apoyo del grupo familiar en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.</p>	<p>La calidad de vida se relaciona de forma significativa con el apoyo del grupo familiar en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.</p>	<p>Vida interesante</p> <p>Vida hoy vs vida pasada</p> <p>Correspondencia entre Expectativas y Logros</p> <p>Satisfacción con cosas hechas 1, 2, 3, 4, 5 y 6</p> <p>Conseguir todo lo propuesto</p> <p>Satisfacción con lo conseguido</p> <p>Esfuerzo para lograr objetivos</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y el apoyo social en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?</p>	<p>Determinar la relación entre la calidad de vida y el apoyo social en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.</p>	<p>La calidad de vida se relaciona de forma significativa con el apoyo social en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.</p>	<p>Confianza para Afrontar Dificultades</p> <p>Manejo de situaciones</p> <p>Confianza en salir adelante 7, 8 y 9</p> <p>Manejo del futuro</p> <p>Variable 2:</p> <p>Trascendencia</p> <p>Integración a las cosas</p> <p>Experiencias intensas 10, 11 y 12</p> <p>Sentimientos por ser humano</p> <p>Bienestar Emocional</p> <p>Apoyo del Grupo Familiar</p> <p>Solución a problemas</p> <p>Unión entre los miembros 13, 14 y 15</p> <p>Cuidados ante enfermedad</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la calidad de vida y las relaciones con el grupo primario en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024?</p>	<p>Determinar la relación entre la calidad de vida y las relaciones con el grupo primario en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.</p>	<p>La calidad de vida se relaciona de forma significativa con las relaciones con el grupo primario en estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.</p>	<p>Apoyo Social</p> <p>Apoyo frente a emergencia</p> <p>Cuidado frente a enfermedad o accidente 16, 17 y 18</p> <p>Ayuda frente a necesidad</p> <p>Relaciones con el Grupo Primario</p> <p>Conformidad por relación con los padres</p> <p>Preocupación por relación con hermanos y/o parientes 19, 20 y 21</p> <p>Preocupación por relación con los padres</p>

MÉTODO Y DISEÑO

POBLACIÓN Y MUESTRA

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Tipo de Investigación: Básica
Diseño de Investigación: No Experimental – Transversal
Nivel de Investigación: Correlacional

Población: 155 estudiantes
Muestra: Censal

Tratamiento Estadístico: IBM SPSS Versión 24

Técnica: Encuesta

Instrumentos:

- Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes, (1982), adaptado por Grimaldo et al. (2020)
- Inventario de Bienestar Subjetivo de Nacpal & Shell, (1992), adaptado por Omar et al. (2009)

Anexo 2. Carta de Presentación



UPT

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN Y HUMANIDADES

Sin fines de lucro

“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

CARTA DE PRESENTACIÓN

Tacna, 2024 mayo 27

Señor:

Coronel de Caballería Edgardo Sullca Llamoca

Director de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa

Ciudad.-

Con especial agrado me dirijo a usted para expresarle un cordial saludo y así mismo manifestarle que el señor **LAURA QUISPE, Alex José**, egresado de la Carrera Profesional de Psicología, viene realizando su trabajo de investigación titulado “**CALIDAD DE VIDA Y BIENESTAR EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA MILITAR CORONEL GREGORIO ALBARRACÍN LANCHIPA, TACNA 2024**”, para lo cual requiere aplicar instrumentos de evaluación.

Mucho agradeceré tengan a bien brindarle las facilidades necesarias para que pueda desarrollar su trabajo en la Institución Educativa que tan dignamente dirigen.

Quedando muy reconocidos por su colaboración, es propicia la ocasión para expresarle las muestras de mi consideración más distinguida.

Atentamente,

PATRICIA ROSA
MARIA NUE
CABALLERO

Firmado digitalmente
por PATRICIA ROSA
MARIA NUE CABALLERO
Fecha: 2024.05.27
16:26:10 -05'00'

c.c. - Archivo

rsc*
Reg. Carta 207-2023
Reg. SGD:

Anexo 3. Constancia de Aplicación de Instrumentos



INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA MILITAR "CORONEL GREGORIO ALBARRACÍN LANCHIPA"

"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO"

CONSTANCIA

Por medio del presente, dejo saber que el señor LAURA QUISPE, ALEX JOSÉ, ha ejecutado, INSTRUMENTOS PSICOLÓGICOS, de su trabajo de investigación denominado "CALIDAD DE VIDA Y BIENESTAR EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA MILITAR CORONEL GREGORIO ALBARRACÍN LANCHIPA, TACNA 2024". El día 19 de junio a las 19 horas.

Se le expide el documento para los fines que estime conveniente.

Tacna, 07 de agosto de 2024.



Anexo 4. Formato de Consentimiento Informado



INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA MILITAR “CORONEL GREGORIO ALBARRACÍN LANCHIPA”



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre/madre o apoderado, reciba un saludo cordial.

Mediante la presente, se le comunica que se desarrollará el proyecto de investigación denominado “CALIDAD DE VIDA Y BIENESTAR EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA MILITAR CORONEL GREGORIO ALBARRACÍN LANCHIPA, TACNA 2024.” respaldada únicamente con fines académicos.

Cabe recalcar que el proceso de evaluación será estrictamente **confidencial**; por lo que, la participación de los estudiantes será debidamente encriptada y anónima. Es importante mencionar que, la presente investigación no involucra ningún tipo de riesgo y es de carácter voluntario. Por lo que, se le solicita la autorización correspondiente:

Yo,.....
identificado(a) con DNI N°.....padre/madre o apoderado del
estudiante.....

Después de haber leído detenidamente y estar informado sobre el procedimiento en el presente proyecto de investigación, doy mi consentimiento para que se realice la aplicación de los instrumentos psicológicos correspondientes.

Firma

Anexo 5. Validación por Juicio de Expertos

Anexo 5.1. Fichas de Juicio de Experto N° 01

Instrumento 1: Calidad de Vida

JUICIO DE EXPERTOS EN APLICACIÓN PRESENCIAL

1. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y nombres del juez experto: **Candela Najar, Blanca Beatriz**
- 1.2. Título profesional: **Psicóloga**
- 1.3. Grado académico: **Maestra en Psicopedagogía**
- 1.4. Filiación académica y/o profesional*: **Universidad Privada de Tacna y CSMC Villa del Norte**
- 1.5. Cargo en la institución donde labora: **Docente y Psicóloga responsable del área de Violencia**
- 1.6. Nombre del instrumento original: Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes.
- 1.7. Autor y año del instrumento original: Olson y Barnes, (1982), adaptado por Grimaldo et al. (2020).
- 1.8. Título de la investigación: Calidad de Vida y Bienestar Emocional en Estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.
- 1.9. Investigador que solicita la validación: Bach. Laura Quispe, Alex José

2. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

CRITERIOS	DESCRIPCIÓN DE CRITERIOS	Muy Deficiente 0	Deficiente 1	Regular 2	Bueno 3	Muy Bueno 4	Excelente 5
2.1. CLARIDAD	Los ítems están formulados con lenguaje apropiado y entendible, además de no presentar faltas ortográficas.						×
2.2. OBJETIVIDAD	Los ítems están expresados para la medición de conductas observables y tangibles.						×
2.3. PERTINENCIA	Los ítems tienen que ver con el tema del instrumento.						×
2.4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización y secuencia lógica de los ítems.						×
2.5. SUFICIENCIA	Considera que tiene suficiente cantidad de ítems para consolidar el concepto general.						×
2.6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar el constructo bajo una perspectiva científica.						×
2.7. CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre los ítems.						×

2.8. ENGRANAJE CONTEXTUAL	Entre los indicadores y/o las dimensiones; además entre la teoría y demás categorías.							×
2.9. METODOLOGÍA	El proceso de elaboración del instrumento original, responde al Método Científico.							×
2.10. CALIDAD	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.							×
SUBTOTAL								50
TOTAL		50						

PUNTUACIÓN DE VALIDACIÓN: 50

- 0 a 10 = Muy Deficiente
- 11 a 20 = Deficiente
- 21 a 30 = Regular
- 31 a 40 = Bueno
- 41 a 50 = Muy Bueno

CATEGORÍA DE VALIDACIÓN: Muy Bueno

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable (X) No aplicable () Aplicable después de corregir lo siguiente ()

El instrumento puede aplicarse.

Lugar y fecha: Tacna, 13 de junio de 2024

Teléfono N° 970066000



Firma del Experto Informante
DNI: 00423900
Colegiatura: 8683

Fecha: 13 / 06 / 24

*Donde labora y que funciones principales realiza

NOTA: Se adjunta instrumento y matriz de consistencia

Instrumento 2: Bienestar Emocional

JUICIO DE EXPERTOS EN APLICACIÓN PRESENCIAL

1. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y nombres del juez experto: **Candela Najar, Blanca Beatriz**
- 1.2. Título profesional: **Psicóloga**
- 1.3. Grado académico: **Maestra en Psicopedagogía**
- 1.4. Filiación académica y/o profesional*: **Universidad Privada de Tacna y CSMC Villa del Norte**
- 1.5. Cargo en la institución donde labora: **Docente y Psicóloga responsable del área de Violencia**
- 1.6. Nombre del instrumento original: **Inventario de Bienestar Subjetivo de Nacpal & Shell.**
- 1.7. Autor y año del instrumento original: **Nacpal y Shell, (1992), adaptado por Omar et al. (2009).**
- 1.8. Título de la investigación: **Calidad de Vida y Bienestar Emocional en Estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.**
- 1.9. Investigador que solicita la validación: **Bach. Laura Quispe, Alex José**

2. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

CRITERIOS	DESCRIPCIÓN DE CRITERIOS	Muy Deficiente 0	Deficiente 1	Regular 2	Bueno 3	Muy Bueno 4	Excelente 5
2.1. CLARIDAD	Los ítems están formulados con lenguaje apropiado y entendible, además de no presentar faltas ortográficas.						X
2.2. OBJETIVIDAD	Los ítems están expresados para la medición de conductas observables y tangibles.						X
2.3. PERTINENCIA	Los ítems tienen que ver con el tema del instrumento.						X
2.4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización y secuencia lógica de los ítems.						X
2.5. SUFICIENCIA	Considera que tiene suficiente cantidad de ítems para consolidar el concepto general.						X
2.6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar el constructo bajo una perspectiva científica.						X
2.7. CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre los ítems.						X
2.8. ENGRANAJE CONTEXTUAL	Entre los indicadores y/o las dimensiones; además entre la teoría y demás categorías.						X
2.9. METODOLOGÍA	El proceso de elaboración del instrumento original, responde al Método Científico.						X

2.10. CALIDAD	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.							X
SUBTOTAL								50
TOTAL	50							

PUNTUACIÓN DE VALIDACIÓN: 50

- 0 a 10 = Muy Deficiente
- 11 a 20 = Deficiente
- 21 a 30 = Regular
- 31 a 40 = Bueno
- 41 a 50 = Muy Bueno

CATEGORÍA DE VALIDACIÓN: Muy Bueno

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable (X) No aplicable () Aplicable después de corregir lo siguiente ()

El instrumento puede aplicarse.

Lugar y fecha: Tacna, 13 de junio de 2024

Teléfono N° 970066000



Firma del Experto Informante
DNI: 00423900
Colegiatura: 8683

Fecha: 13 / 06 / 24

*Donde labora y que funciones principales realiza

NOTA: Se adjunta instrumento y matriz de consistencia

Anexo 5.2. Fichas de Juicio de Experto N° 02

Instrumento 1: Calidad de Vida

JUICIO DE EXPERTOS EN APLICACIÓN PRESENCIAL

1. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y nombres del juez experto: **Palomino Perez, Mirelia**
- 1.2. Título profesional: **Psicóloga**
- 1.3. Grado académico: **Maestra en Psicología Educativa**
- 1.4. Filiación académica y/o profesional*: **Universidad Privada de Tacna**
- 1.5. Cargo en la institución donde labora: **Docente y Psicóloga responsable del área de tutoría y consejería de la Escuela Profesional de Educación**
- 1.6. Nombre del instrumento original: Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes.
- 1.7. Autor y año del instrumento original: Olson y Barnes, (1982), adaptado por Grimaldo et al. (2020).
- 1.8. Título de la investigación: Calidad de Vida y Bienestar Emocional en Estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.
- 1.9. Investigador que solicita la validación: Bach. Laura Quispe, Alex José

2. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

CRITERIOS	DESCRIPCIÓN DE CRITERIOS	Muy Deficiente 0	Deficiente 1	Regular 2	Bueno 3	Muy Bueno 4	Excelente 5
2.1. CLARIDAD	Los ítems están formulados con lenguaje apropiado y entendible, además de no presentar faltas ortográficas.					X	
2.2. OBJETIVIDAD	Los ítems están expresados para la medición de conductas observables y tangibles.					X	
2.3. PERTINENCIA	Los ítems tienen que ver con el tema del instrumento.					X	
2.4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización y secuencia lógica de los ítems.						X
2.5. SUFICIENCIA	Considera que tiene suficiente cantidad de ítems para consolidar el concepto general.					X	
2.6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar el constructo bajo una perspectiva científica.					X	
2.7. CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre los ítems.					X	
2.8. ENGRANAJE CONTEXTUAL	Entre los indicadores y/o las dimensiones; además entre la teoría y demás categorías.					X	
2.9. METODOLOGÍA	El proceso de elaboración del instrumento original, responde al Método Científico.					X	

2.10. CALIDAD	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					×	
SUBTOTAL						36	5
TOTAL	41						

PUNTUACIÓN DE VALIDACIÓN: 41

- 0 a 10 = Muy Deficiente
- 11 a 20 = Deficiente
- 21 a 30 = Regular
- 31 a 40 = Bueno
- 41 a 50 = Muy Bueno

CATEGORÍA DE VALIDACIÓN: Muy Bueno

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable (✗) No aplicable () Aplicable después de corregir lo siguiente ()

El instrumento puede aplicarse.

Lugar y fecha: Tacna, 18 de junio de 2024

Teléfono N° 993056257


 Firma del Experto Informante
 DNI: 47679915
 Colegiatura: 39051

Fecha: 18 / 06 / 24

*Donde labora y que funciones principales realiza

NOTA: Se adjunta instrumento y matriz de consistencia

Instrumento 2: Bienestar Emocional

JUICIO DE EXPERTOS EN APLICACIÓN PRESENCIAL

1. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y nombres del juez experto: **Palomino Perez, Mirelia**
- 1.2. Título profesional: **Psicóloga**
- 1.3. Grado académico: **Maestra en Psicología Educativa**
- 1.4. Filiación académica y/o profesional*: **Universidad Privada de Tacna**
- 1.5. Cargo en la institución donde labora: **Docente y Psicóloga responsable del área de tutoría y consejería de la Escuela Profesional de Educación**
- 1.6. Nombre del instrumento original: **Inventario de Bienestar Subjetivo de Nacpal & Shell.**
- 1.7. Autor y año del instrumento original: **Nacpal y Shell, (1992), adaptado por Omar et al. (2009).**
- 1.8. Título de la investigación: **Calidad de Vida y Bienestar Emocional en Estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.**
- 1.9. Investigador que solicita la validación: **Bach. Laura Quispe, Alex José**

2. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

CRITERIOS	DESCRIPCIÓN DE CRITERIOS	Muy Deficiente 0	Deficiente 1	Regular 2	Bueno 3	Muy Bueno 4	Excelente 5
2.1. CLARIDAD	Los ítems están formulados con lenguaje apropiado y entendible, además de no presentar faltas ortográficas.					X	
2.2. OBJETIVIDAD	Los ítems están expresados para la medición de conductas observables y tangibles.					X	
2.3. PERTINENCIA	Los ítems tienen que ver con el tema del instrumento.					X	
2.4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización y secuencia lógica de los ítems.						X
2.5. SUFICIENCIA	Considera que tiene suficiente cantidad de ítems para consolidar el concepto general.					X	
2.6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar el constructo bajo una perspectiva científica.					X	
2.7. CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre los ítems.					X	
2.8. ENGRANAJE CONTEXTUAL	Entre los indicadores y/o las dimensiones; además entre la teoría y demás categorías.					X	
2.9. METODOLOGÍA	El proceso de elaboración del instrumento original, responde al Método Científico.					X	

2.10. CALIDAD	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					X	
SUBTOTAL						36	5
TOTAL		41					

PUNTUACIÓN DE VALIDACIÓN: 41

- 0 a 10 = Muy Deficiente
- 11 a 20 = Deficiente
- 21 a 30 = Regular
- 31 a 40 = Bueno
- 41 a 50 = Muy Bueno

CATEGORÍA DE VALIDACIÓN: Muy Bueno

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable (X) No aplicable () Aplicable después de corregir lo siguiente ()

El instrumento puede aplicarse.

Lugar y fecha: Tacna, 18 de junio de 2024

Teléfono N° 993056257


 Firma del Experto Informante
 DNI: 47679915
 Colegiatura: 39051

Fecha: 18 / 06 / 24

*Donde labora y que funciones principales realiza

NOTA: Se adjunta instrumento y matriz de consistencia

Anexo 5.3. Fichas de Juicio de Experto N° 03

Instrumento 1: Calidad de Vida

JUICIO DE EXPERTOS EN APLICACIÓN PRESENCIAL

1. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y nombres del juez experto: **Vilela Ordinola, Elba Adriana**
- 1.2. Título profesional: **Psicóloga**
- 1.3. Grado académico: **Maestro en Administración de Negocios**
- 1.4. Filiación académica y/o profesional*: **Universidad Privada de Tacna**
- 1.5. Cargo en la institución donde labora: **Docente y Psicóloga responsable del área de tutoría y consejería de la Facultad de Ingeniería**
- 1.6. Nombre del instrumento original: Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes.
- 1.7. Autor y año del instrumento original: Olson y Barnes, (1982), adaptado por Grimaldo et al. (2020).
- 1.8. Título de la investigación: Calidad de Vida y Bienestar Emocional en Estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.
- 1.9. Investigador que solicita la validación: Bach. Laura Quispe, Alex José

2. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

CRITERIOS	DESCRIPCIÓN DE CRITERIOS	Muy Deficiente 0	Deficiente 1	Regular 2	Bueno 3	Muy Bueno 4	Excelente 5
2.1. CLARIDAD	Los ítems están formulados con lenguaje apropiado y entendible, además de no presentar faltas ortográficas.						×
2.2. OBJETIVIDAD	Los ítems están expresados para la medición de conductas observables y tangibles.						×
2.3. PERTINENCIA	Los ítems tienen que ver con el tema del instrumento.						×
2.4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización y secuencia lógica de los ítems.						×
2.5. SUFICIENCIA	Considera que tiene suficiente cantidad de ítems para consolidar el concepto general.						×
2.6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar el constructo bajo una perspectiva científica.						×
2.7. CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre los ítems.						×
2.8. ENGRANAJE CONTEXTUAL	Entre los indicadores y/o las dimensiones; además entre la teoría y demás categorías.						×
2.9. METODOLOGÍA	El proceso de elaboración del instrumento original, responde al Método Científico.						×

2.10. CALIDAD	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.							X
SUBTOTAL								50
TOTAL		50						

PUNTUACIÓN DE VALIDACIÓN: 50

- 0 a 10 = Muy Deficiente
- 11 a 20 = Deficiente
- 21 a 30 = Regular
- 31 a 40 = Bueno
- 41 a 50 = Muy Bueno

CATEGORÍA DE VALIDACIÓN: Muy Bueno

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable (X) No aplicable () Aplicable después de corregir lo siguiente ()

El instrumento puede aplicarse.

Lugar y fecha: Tacna, 18 de junio de 2024

Teléfono N° 931863277



Firma del Experto Informante

DNI: 08175562

Colegiatura: 21103

Fecha: 18 / 06 / 24

*Donde labora y que funciones principales realiza

NOTA: Se adjunta instrumento y matriz de consistencia

Instrumento 2: Bienestar Emocional

JUICIO DE EXPERTOS EN APLICACIÓN PRESENCIAL

1. DATOS GENERALES:

- 1.1. Apellidos y nombres del juez experto: **Vilela Ordinola, Elba Adriana**
- 1.2. Título profesional: **Psicóloga**
- 1.3. Grado académico: **Maestro en Administración de Negocios**
- 1.4. Filiación académica y/o profesional*: **Universidad Privada de Tacna**
- 1.5. Cargo en la institución donde labora: **Docente y Psicóloga responsable del área de tutoría y consejería de la Facultad de Ingeniería**
- 1.6. Nombre del instrumento original: **Inventario de Bienestar Subjetivo de Nacpal & Shell.**
- 1.7. Autor y año del instrumento original: **Nacpal y Shell, (1992), adaptado por Omar et al. (2009).**
- 1.8. Título de la investigación: **Calidad de Vida y Bienestar Emocional en Estudiantes de la Institución Educativa Pública Militar Coronel Gregorio Albarracín Lanchipa, Tacna 2024.**
- 1.9. Investigador que solicita la validación: **Bach. Laura Quispe, Alex José**

2. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

CRITERIOS	DESCRIPCIÓN DE CRITERIOS	Muy Deficiente 0	Deficiente 1	Regular 2	Bueno 3	Muy Bueno 4	Excelente 5
2.1. CLARIDAD	Los ítems están formulados con lenguaje apropiado y entendible, además de no presentar faltas ortográficas.						X
2.2. OBJETIVIDAD	Los ítems están expresados para la medición de conductas observables y tangibles.						X
2.3. PERTINENCIA	Los ítems tienen que ver con el tema del instrumento.						X
2.4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización y secuencia lógica de los ítems.						X
2.5. SUFICIENCIA	Considera que tiene suficiente cantidad de ítems para consolidar el concepto general.						X
2.6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar el constructo bajo una perspectiva científica.						X
2.7. CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre los ítems.						X
2.8. ENGRANAJE CONTEXTUAL	Entre los indicadores y/o las dimensiones; además entre la teoría y demás categorías.						X
2.9. METODOLOGÍA	El proceso de elaboración del instrumento original, responde al Método Científico.						X

2.10. CALIDAD	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.							X
SUBTOTAL								50
TOTAL		50						

PUNTUACIÓN DE VALIDACIÓN: 50

- 0 a 10 = Muy Deficiente
- 11 a 20 = Deficiente
- 21 a 30 = Regular
- 31 a 40 = Bueno
- 41 a 50 = Muy Bueno

CATEGORÍA DE VALIDACIÓN: Muy Bueno

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable (X) No aplicable () Aplicable después de corregir lo siguiente ()

El instrumento puede aplicarse.

Lugar y fecha: Tacna, 18 de junio de 2024

Teléfono N° 931863277



Firma del Experto Informante

DNI: 08175562

Colegiatura: 21103

Fecha: 18 / 06 / 24

*Donde labora y que funciones principales realiza

NOTA: Se adjunta instrumento y matriz de consistencia

Anexo 6. Base de Datos de Aplicación de Instrumentos

Variable 1: Calidad de Vida																								
Dimensión: Hogar		Dimensión: Medios de comunicación				Dimensión: Educación y ocio					Dimensión: Amigos, vecindario, comunidad, vida familiar y extensa						Dimensión: Economía				Dimensión: Salud			
Condiciones de vivienda	Responsabilidades en casa	Tiempo viendo televisión y redes sociales	Calidad de programas	Calidad del cine	Calidad de periódicos y revistas	Situación educativa	Vida religiosa familiar	Vida religiosa de la comunidad	Tiempo libre	Uso de tiempo	Amigos	Seguridad en la comunidad	Recreación	Familia	Hermanos	Nro. de hijos en la familia	Relación con parientes	Satisfacción de necesidades básicas	Lujos	Dinero para gastar	Facilidades para hacer compras	Propia salud	Salud de otros miembros de la familia	
Tus actuales condiciones de vivienda	Tus responsabilidades en la casa	Cantidad de tiempo que los miembros de tu familia pasan viendo televisión y redes sociales	Calidad de los programas	Calidad del cine	Calidad de periódicos y revistas	Tu actual situación educativa	La vida religiosa de tu familia	La vida religiosa de tu comunidad	El tiempo libre que tienes	La forma como usas tu tiempo	Tus amigos	La seguridad en tu comunidad	Las facilidades para recreación (parque, campos de juegos, etc.)	Tu familia	Tus hermanos	El número de hijos en tu familia	Tu relación con tus parientes (abuelos, tíos, primos)	La capacidad de tu familia para satisfacer tus necesidades básicas	La capacidad de tu familia para darte lujos	La cantidad de dinero que tienes para gastar	Las facilidades para hacer compras en tu comunidad	Tu propia salud	La salud de otros miembros de la familia	
1	4	4	4	4	5	4	4	4	4	2	4	5	3	4	5	5	4	5	5	5	5	5	3	
2	3	3	4	3	1	2	4	4	3	1	3	4	1	1	3	1	3	4	3	3	2	3	4	
3	3	3	4	3	3	1	4	2	4	2	3	3	1	1	5	1	4	4	3	3	2	3	4	
4	4	3	3	3	5	3	3	5	5	3	4	3	3	3	4	2	3	4	4	4	4	3	2	
5	4	3	2	3	3	4	4	3	2	4	4	4	2	4	3	2	2	3	4	3	2	4	3	
6	4	5	2	2	5	2	4	4	5	2	5	3	2	4	5	5	4	5	5	3	2	4	4	
7	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	4	3	4	
8	2	3	5	1	1	2	3	4	5	1	2	3	1	1	2	4	5	3	1	2	2	1	3	3
9	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4
10	5	4	4	3	3	3	3	3	4	5	4	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	5	5	
11	3	4	3	4	4	4	4	4	3	5	5	4	3	2	5	5	4	5	4	3	4	5	5	
12	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3	4	5	3	5	5	5	5	4	5	5	3	4	5	5
13	1	2	2	2	3	1	3	2	2	3	1	2	4	3	2	4	3	3	4	4	4	3	4	4
14	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3

15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4
16	5	4	3	4	4	4	4	5	4	3	1	3	4	2	5	5	2	4	5	4	4	3	5	4	
17	2	5	3	3	3	1	2	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	
18	4	5	3	4	1	1	2	5	3	1	5	5	5	3	5	5	3	5	5	3	5	5	4	5	
19	3	2	3	3	3	1	2	3	5	3	4	2	1	3	5	2	3	3	3	3	2	3	4	5	
20	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	
21	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	
22	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	
23	4	4	3	3	3	1	3	3	5	4	4	5	4	5	5	3	1	4	4	4	4	5	3	3	
24	2	5	2	5	1	4	2	4	1	2	5	2	1	1	5	5	5	4	5	2	2	4	3	5	
25	4	4	3	4	5	4	4	2	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	2	
26	1	1	3	1	3	2	3	2	3	4	1	3	2	2	3	5	3	2	3	4	1	1	3	3	
27	5	3	1	2	3	1	5	4	4	4	4	5	2	2	5	5	4	5	5	4	5	3	5	5	
28	3	2	1	2	4	3	2	4	3	2	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	
29	4	4	3	2	1	3	4	5	3	2	3	1	1	4	5	5	5	4	4	4	4	3	2	4	
30	3	3	4	4	3	4	5	5	5	2	3	1	1	4	5	5	5	4	4	3	4	5	3	5	
31	3	2	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	
32	4	4	2	4	3	3	5	3	3	4	5	1	2	1	5	5	3	5	4	3	4	4	5	4	
33	4	3	3	4	4	3	5	3	4	4	2	4	3	2	5	4	3	4	5	4	5	4	3	4	
34	4	4	2	2	2	4	4	3	2	3	5	4	2	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	2	
35	4	5	4	3	3	4	5	3	3	4	5	3	3	3	5	4	4	5	5	4	5	4	4	3	
36	5	3	4	5	1	2	5	5	4	1	5	4	3	4	3	5	2	5	4	4	3	4	5	4	
37	4	4	3	4	5	4	5	5	3	2	4	5	4	3	5	5	4	5	5	5	5	4	3	4	
38	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	2	3	5	5	4	4	4	3	3	3	4	
39	4	4	4	5	3	3	4	2	1	3	5	4	3	5	3	2	3	5	4	4	3	3	2	4	
40	5	5	3	3	3	2	5	5	4	3	3	4	3	5	5	5	3	5	5	4	4	3	5	5	
41	3	4	3	3	4	3	3	2	2	3		3	3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	4	3	
42	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	1	2	3	2	3	3	
43	3	4	3	2	3	4	3	3	2	2	1	1	2	1	3	2	2	3	4	3	3	2	2	4	

44	2	3	4	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	4	3	4	2
45	3	4	2	3	4	3	3	4	2	4	2	2	4	3	3	4	2	4	3	2	3	4	3	2
46	3	2	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	5	3	4	5	3	2	3	2	4	3	3
47	3	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	2	4	3	4
48	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	2	4
49	3	4	3	4	4	5	4	5	4	5	3	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	5	4
50	3	4	3	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	4	3	4	5	4
51	3	4	2	3	3	4	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	2	3	4	4	3	4	3	4
52	3	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3
53	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	3
54	3	2	4	3	4	3	2	3	4	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	4
55	3	4	3	5	4	3	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	3	4	5	5
56	3	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	5	3	4	3	2	3	4	2	3	4	3	4
57	3	4	3	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	3	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4
58	3	4	3	3	2	3	5	4	4	3	4	5	4	4	3	4	4	5	3	2	3	4	2	3
59	3	4	3	4	4	4	3	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3	4	4	3	4
60	3	4	4	3	4	3	4	3	4	5	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4
61	3	4	4	5	4	5	4	4	3	4	5	4	3	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5
62	4	4	5	4	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5
63	4	4	4	5	4	5	3	4	5	4	5	4	3	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4
64	4	3	4	5	4	4	3	4	4	5	4	4	3	4	5	4	4	4	5	4	3	4	5	5
65	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4
66	3	4	3	4	3	4	3	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	5	4	3	4	5	5
67	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	5	4	3	4	5	4	4	4	3	4	3	4	4
68	2	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	5	5	4	4	4	4	5	4	4	3	4	3	4
69	3	4	3	3	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	3	4	4	5
70	3	4	3	4	2	4	2	4	3	2	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4
71	3	4	3	3	4	4	3	2	3	4	2	2	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3
72	3	2	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3

73	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4
74	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4
75	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3
76	2	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	4	3	4	3
77	3	4	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	4	4	3	4	3	2	4	3	4
78	4	3	5	5	4	3	5	3	2	4	4	4	5	3	2	5	4	5	3	5	4	5	5	5
79	4	3	3	4	5	3	3	4	3	3	2	3	5	3	4	4	3	1	4	4	4	1	3	1
80	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	3	4
81	5	2	1	1	2	1	5	4	4	5	5	5	5	1	5	5	2	5	4	5	5	5	5	5
82	3	3	2	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	1	1	3	3	3	3	3	3	2
83	5	3	5	5	4	3	5	2	2	4	5	5	3	3	4	5	4	5	5	4	5	3	3	5
84	5	5	3	4	3	1	5	1	1	1	1	5	5	4	5	2	4	2	5	5	5	5	5	5
85	5	4	3	4	4	3	3	2	2	3	4	5	4	4	5	1	1	5	5	4	4	5	5	4
86	5	4	3	3	4	4	5	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	5	5	4	4	3	3	5
87	5	4	5	2	3	3	5	5	3	2	4	4	4	3	5	5	5	5	4	4	3	3	4	5
88	5	4	3	3	5	3	4	4	3	2	3	3	3	4	5	4	3	4	4	4	3	3	5	4
89	4	3	2	3	5	2	5	2	4	3	4	4	4	3	4	1	1	4	3	1	4	2	4	3
90	4	4	4	5	1	2	4	3	3	2	4	4	2	3	4	3	4	3	5	4	3	3	3	2
91	4	3	4	4	4	4	3	3	4	1	3	4	4	3	4	2	5	4	5	4	3	3	2	3
92	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	5	4	5	5	2	5	5	4	4	3	4	3
93	4	4	3	3	2	3	4	3	3	2	3	5	4	2	5	2	2	4	3	3	3	3	4	4
94	4	2	3	2	1	1	5	4	3	2	2	5	5	5	5	5	5	4	2	2	2	2	5	4
95	5	5	3	4	3	3	4	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	4	4	5	5
96	5	4	3	4	5	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	5	5	5	4	4	5
97	4	4	4	5	1	2	5	4	4	3	5	4	5	4	3	3	5	2	4	4	5	3	4	3
98	2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2
99	5	4	3	3	4	2	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
100	4	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
101	4	3	3	5	5	2	4	3	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	4	3	5	5	4	4

102	4	3	3	4	5	4	3	4	4	4	4	3	4	5	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4
103	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4
104	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3
105	4	4	4	3	4	1	2	2	3	3	5	3	1	3	3	3	2	4	3	2	2	3	2	2
106	4	1	1	1	4	1	4	4	4	5	5	5	3	5	3	5	5	5	4	3	1	3	3	3
107	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4
108	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	5	5	5	5	5	4	5	5	3	4	4	5	4
109	5	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	5	3	4	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4
110	2	1	4	1	3	2	3	2	1	3	3	4	4	4	5	1	1	1	4	4	3	4	5	4
111	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	5	5	5	4	5	5	5	4	4	4
112	4	3	5	4	4	4	4	5	5	4	1	3	4	4	4	4	3	4	4	5	5	5	5	5
113	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	5	4	3	4	3	3	2	2	2	3	4	3	3
114	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
115	3	3	2	2	3	2	1	2	3	4	4	3	1	2	4	2	2	5	3	2	2	3	3	3
116	5	4	3	4	4	4	4	3	4	5	4	5	4	2	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5
117	2	3	5	3	4	1	1	5	5	1	1	2	1	1	1	1	3	4	2	2	3	2	4	4
118	5	4	3	5	5	3	4	4	4	2	3	4	4	5	5	5	4	5	5	4	5	3	3	4
119	3	4	2	3	5	4	3	3	3	2	3	2	1	1	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4
120	3	4	2	1	2	3	3	3	3	2	3	2	1	4	4	4	4	1	3	4	3	1	5	5
121	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4
122	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	5	5	4	4	3	3	4	3	4	3
123	3	5	5	3	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	5	4	5	5	4	5
124	3	3	2	2	3	2	3	4	3	1	2	2	3	1	2	1	1	3	3	4	3	2	1	1
125	4	4	3	5	1	4	4	1	1	2	5	3	5	5	5	4	3	3	3	4	3	4	5	5
126	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4
127	3	3	2	4	1	2	4	2	2	2	4	3	1	3	1	1	1	1	3	3	2	3	4	2
128	5	3	5	3	2	2	5	4	3	4	5	5	3	3	5	4	5	4	5	5	4	5	4	4
129	4	4	2	2	3	2	4	3	4	5	5	4	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	3	3
130	5	4	3	3	4	4	5	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	5	5	4	4	3	3	5

131	5	4	5	2	3	3	5	5	3	2	4	4	4	3	5	5	5	5	4	4	3	3	4	5
132	5	4	3	3	5	3	4	4	3	2	3	3	3	4	5	4	3	4	4	4	3	3	5	4
133	4	3	2	3	5	2	5	2	4	3	4	4	4	3	4	1	1	4	3	1	4	2	4	3
134	4	4	4	5	1	2	4	3	3	2	4	4	2	3	4	3	4	3	5	4	3	3	3	2
135	4	3	4	4	4	4	3	3	4	1	3	4	4	3	4	2	5	4	5	4	3	3	2	3
136	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	5	4	5	5	2	5	5	4	4	3	4	3
137	4	4	3	3	2	3	4	3	3	2	3	5	4	2	5	2	2	4	3	3	3	3	4	4
138	4	2	3	2	1	1	5	4	3	2	2	5	5	5	5	5	5	4	2	2	2	2	5	4
139	5	5	3	4	3	3	4	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	4	4	5	5
140	5	4	3	4	5	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	5	5	5	4	4	5
141	4	4	4	5	1	2	5	4	4	3	5	4	5	4	3	3	5	2	4	4	5	3	4	3
142	2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2
143	5	4	3	3	4	2	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
144	4	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
145	4	3	3	5	5	2	4	3	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	4	3	5	5	4	4
146	4	3	3	4	5	4	3	4	4	4	4	3	4	5	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4
147	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4
148	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3
149	4	4	4	3	4	1	2	2	3	3	5	3	1	3	3	3	2	4	3	2	2	3	2	2
150	4	1	1	1	4	1	4	4	4	5	5	5	3	5	3	5	5	5	4	3	1	3	3	3
151	2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2
152	5	4	3	3	4	2	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
153	4	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
154	4	3	3	5	5	2	4	3	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	4	3	5	5	4	4
155	4	3	3	4	5	4	3	4	4	4	4	3	4	5	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4

Variable 2: Bienestar Emocional																					
Dimensión: Correspondencia entre expectativas y logros						Dimensión: Confianza para afrontar dificultades			Dimensión: Trascendencia			Dimensión: Apoyo del grupo familiar			Dimensión: Apoyo social			Dimensión: Relaciones con el grupo primario			
Vida interesante	Vida hoy vs vida pasada	Satisfacción con cosas hechas	Conseguir todo lo propuesto	Satisfacción con lo conseguido	Esfuerzo para lograr objetivos	Manejo de situaciones	Confianza en salir adelante	Manejo del futuro	Integración a las cosas	Experiencias intensas	Sentimientos por ser humano	Solución a problemas	Unión entre los miembros	Cuidados ante enfermedad	Apoyo frente a emergencia	Cuidado frente a enfermedad o accidente	Ayuda frente a necesidad	Conformidad por relación con los padres	Preocupación por relación con hermanos y/o parientes	Preocupación por relación con los padres	
¿Sientes que tu vida es interesante?	¿Sientes que tu vida es mejor hoy que hace unos años atrás?	¿Estás satisfecho con las cosas que has venido haciendo en los últimos años?	¿Piensas que puedes conseguir todo lo que te propongas en la vida?	¿Estás satisfecho con lo que has conseguido hasta ahora?	¿Piensas que debes esforzarte más que los demás para lograr tus objetivos?	¿Sientes que puedes manejar situaciones inesperadas?	¿Confías que en caso de crisis serás capaz de salir adelante?	De acuerdo a como van las cosas ¿piensas que las podrás manejar en el futuro?	¿Sientes que estás tan integrado a las cosas que te rodean que formas parte de ellas?	¿Has tenido experiencias de intensa felicidad, similar al éxtasis?	¿Experimentas sentimientos de alegría por ser parte de la gran familia de la humanidad?	¿Consideras que tu familia te ayuda a encontrar soluciones a la mayoría de tus problemas?	¿Piensas que la mayoría de los miembros de tu familia se sienten unidos entre sí?	¿Piensas que la familia te brindaría los cuidados adecuados en caso de que tuvieras una enfermedad grave?	¿Estás seguro de que parientes o amigos te ayudarán si ocurre alguna emergencia (por ejemplo, si te roban o se incendia tu casa)?	¿Confías en que parientes o amigos te cuidarán si sufres un accidente o te enfermas gravemente?	¿Sientes que tus amigos y parientes te ayudarían si estuvieras necesitado?	¿Estás conforme con la relación que tienes con tus padres?	¿Te preocupa la relación que tienes con tus hermanos o parientes?	¿Te preocupa la relación que tienes con tus padres?	
1	4	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	3	4	5	5	5	5	5	1	1	
2	2	4	4	3	4	3	5	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	
3	1	5	3	3	2	3	5	4	5	3	5	3	4	3	2	4	3	2	4	3	
4	2	1	3	5	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	3	4	4	3	3	
5	3	2	3	4	3	2	4	3	2	2	3	4	2	3	3	4	3	3	4	4	
6	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	
7	5	4	3	3	5	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	
8	2	4	1	4	2	5	2	3	3	2	4	2	1	1	4	2	2	2	1	4	
9	3	5	4	4	4	4	3	4	4	3	3	5	4	5	5	4	4	4	4	2	
10	4	3	3	3	4	5	4	4	4	3	5	4	4	5	4	3	4	5	3	5	
11	3	2	4	3	4	5	3	3	4	3	1	2	5	4	5	4	5	4	5	2	
12	5	5	5	5	5	5	4	3	5	3	5	5	5	5	5	5	4	4	5	1	
13	2	1	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	4	
14	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	
15	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	

16	3	3	3	3	1	5	3	5	4	3	2	1	3	4	5	4	1	3	5	5	3
17	3	3	3	3	3	2	1	2	1	1	1	1	2	3	4	3	3	2	3	4	3
18	5	2	1	3	2	4	5	5	3	3	3	5	3	4	5	2	3	4	5	5	5
19	2	2	3	1	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	1	3
20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
21	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
22	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4
23	4	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5
24	1	1	1	2	1	5	4	3	1	1	1	1	5	3	5	3	4	3	5	1	1
25	5	5	5	5	5	5	4	4	4	2	2	4	1	3	4	3	4	2	2	1	3
26	2	5	5	5	5	5	1	1	1	5	5	5	1	2	1	3	2	5	3	5	2
27	2	4	5	5	5	4	2	3	4	2	3	4	2	5	5	5	5	5	5	1	1
28	1	1	2	3	3	4	4	3	5	4	4	5	2	3	4	3	2	2	4	3	3
29	4	4	4	5	5	5	4	5	5	4	3	5	5	5	5	3	2	3	4	4	1
30	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	5	4	4	1
31	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	3	4
32	5	3	5	5	1	5	4	5	5	3	5	5	3	4	5	2	1	1	5	4	5
33	3	5	4	5	4	5	3	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	2	3	3	4
34	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	2	5	4	4
35	4	5	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	5	4	5	5	5	5	4	4	2
36	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	4	5
37	4	3	5	3	5	5	4	3	4	3	3	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5
38	3	3	3	2	2	4	4	4	4	3	3	2	4	2	4	5	5	5	2	4	4
39	5	3	3	4	4	5	3	2	3	2	3	2	3	2	4	4	4	3	4	2	4
40	4	4	4	5	5	5	4	4	4	3	5	5	4	4	4	3	5	4	5	1	1
41	3	4	3	2	2	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3
42	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3
43	3	3	4	2	4	3	2	2	4	3	2	3	4	2	4	3	2	3	4	3	2
44	2	4	2	4	2	4	3	2	4	3	2	4	2	3	4	3	2	3	3	2	4

45	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	4	5	3	2	4	3	4	3	3	4	4
46	3	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	2	4	3	4
47	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	2	3	4	2	3	3	4	3
48	2	3	3	2	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3
49	3	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	5	4	5	4	3	4
50	3	4	4	4	5	4	5	3	4	5	3	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5
51	3	4	5	5	5	4	5	4	5	4	3	4	3	4	5	5	5	4	4	5	5
52	3	4	3	4	3	4	3	2	2	4	4	5	4	5	4	5	5	5	3	4	5
53	3	3	3	4	3	2	3	4	2	3	4	3	3	2	3	4	3	2	4	2	4
54	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	3
55	3	4	5	5	5	4	4	5	4	5	3	3	4	5	3	4	5	5	4	3	3
56	3	4	3	4	5	5	5	5	3	5	4	5	5	4	3	5	5	3	4	5	3
57	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4
58	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3
59	3	4	3	4	3	4	3	4	5	4	5	4	3	4	4	3	4	4	4	5	5
60	4	3	4	3	4	4	5	4	5	4	5	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4
61	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	3	4	5	5
62	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	4	3	4	5	4	5	4	5
63	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	3	4	5	4	5	4	5	4	5
64	3	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	5
65	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4	3	4	5	5	5	5	4	5
66	3	4	3	4	5	4	3	4	5	4	5	4	4	4	5	3	4	5	3	3	4
67	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	5
68	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4
69	3	4	5	4	4	5	4	4	3	5	4	5	3	4	4	5	5	4	4	5	5
70	3	4	2	3	4	3	2	4	3	3	4	4	2	3	4	3	2	3	4	3	2
71	3	3	4	3	4	4	3	2	4	2	4	3	3	4	3	2	4	3	4	3	4
72	3	3	2	2	3	4	2	3	4	3	3	4	2	3	4	3	3	4	2	4	3
73	3	3	4	3	3	2	2	1	3	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3

103	4	3	4	3	4	5	3	3	3	4	4	4	4	4	5	3	3	3	4	2	2
104	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3
105	1	2	2	2	5	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3
106	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	3	2	1	5	1	1	5	2	1	2
107	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
108	4	3	4	4	4	4	4	4	3	5	4	5	4	4	5	5	5	5	1	1	1
109	4	5	3	4	3	4	3	4	4	5	5	4	3	4	5	4	5	4	4	4	1
110	3	2	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
111	3	5	5	5	3	5	4	4	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	3
112	4	3	1	3	4	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	5	1
113	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4
114	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
115	2	2	1	1	5	4	4	5	5	5	1	3	3	3	3	3	2	1	1	5	1
116	4	5	5	5	5	5	3	4	5	4	4	3	5	5	5	5	5	5	4	3	3
117	3	2	4	4	2	4	2	5	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	5	2
118	4	1	2	4	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4
119	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
120	4	5	3	5	5	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
121	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4
122	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3
123	5	3	3	5	3	5	3	3	5	5	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
124	2	2	2	1	2	5	3	3	2	2	1	2	2	2	4	2	2	2	2	3	5
125	5	4	3	5	5	5	4	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	1	1
126	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	4	5	4	5	4	4
127	3	1	3	5	4	5	1	5	3	2	2	5	3	4	1	5	3	5	3	5	4
128	2	3	4	5	5	5	3	4	4	3	5	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5
129	3	3	3	5	4	5	5	5	5	4	4	5	3	3	5	4	4	4	5	5	2
130	5	5	4	5	5	5	4	4	4	3	3	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5
131	4	4	5	4	4	5	4	5	5	3	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5

Anexo 7. Evidencia Fotográfica de Aplicación de Instrumentos







