

**UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO-SOCIALES Y EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



**TESIS**

**Impulsividad y bienestar psicológico en adolescentes de una institución  
educativa nacional, Lambayeque 2025**

Presentada para obtener el Título Profesional de Licenciada en Psicología

**Investigadora:** Alexa Anabeli Ruiz Suarez

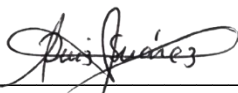
**Asesora:** Dra. Carola Amparo Smith Maguiña

**Lambayeque – Perú**

**2026**

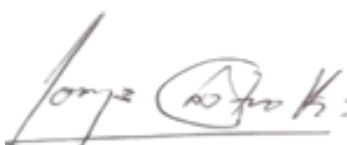
**Impulsividad y Bienestar Psicológico en Adolescentes de una Institución  
Educativa Nacional, Lambayeque 2025**

Tesis presentada para obtener el Título Profesional de Licenciada en Psicología



---

Bach. Alexa Anabeli Ruiz Suarez  
Investigadora



---

Dr. Jorge Isaac Castro Kikuchi  
Presidente



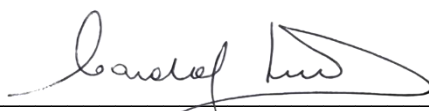
---

Dra. Claudia Dora Vallejos Valdivia  
Secretaria



---

Dr. Nelson Pacifico Espinoza Yong  
Vocal



---

Dra. Carola Amparo Smith Maguiña  
Asesora



**UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN**  
**UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**



**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**  
**N° 514-2026**

Siendo las 20:00 horas, del día martes 30 de junio 2026 se reunieron vía online mediante la plataforma virtual Google Meet: <https://meet.google.com/twi-dwjq-ona> por mandato de la Resolución N° 2107-2026-D-FACHSE de fecha 25 de junio de 2026 que autoriza la sustentación, se reunieron los miembros del Jurado designado según Resolución N° 4568-2025-D-FACHSE de fecha 31 de diciembre de 2025; Jurado integrado por los siguientes miembros:

|                        |                                       |
|------------------------|---------------------------------------|
| Presidente(a)          | : Dr. JORGE ISAAC CASTRO KIKUCHI      |
| Secretario(a)          | : Dra. CLAUDIA DORA VALLEJOS VALDIVIA |
| Vocal                  | : Dr. NELSON PACIFICO ESPINOZA YONG   |
| Asesor(a) Metodológico | : Dra. CAROLA AMPARO SMITH MAGUIÑA    |
| Asesor(a) Científico   | :                                     |



Con la finalidad de evaluar la(el) Tesis titulada(o): IMPULSIVIDAD Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA NACIONAL, LAMBAYEQUE 2025 Presentada por ALEXA ANABELI RUIZ SUAREZ para obtener el Título profesional de Licenciado(a) en Psicología.

Leída la resolución de autorización, se inicia el acto de sustentación, al término del cual y de conformidad con el Reglamento General de Investigación de la UNPRG (Res. N° 184-2023-CU de fecha 24 de abril de 2023) y el Reglamento de Grados y Títulos de la UNPRG (Res. N° 267-2023-CU de fecha 20 de junio de 2023), los miembros del jurado realizaron la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al/los sustentantes(s), quien(es) respondió(eron) las interrogantes planteadas.

Dada la deliberación correspondiente por parte del jurado, se sucedió la valoración, **obteniendo el calificativo de 20 en la escala vigesimal, que equivale a la mención de Excelente**. Siendo las 21:00 horas del mismo día, se dio por concluido el acto académico, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.

Dr. JORGE ISAAC CASTRO KIKUCHI  
PRESIDENTE(A)

Dra. CLAUDIA DORA VALLEJOS VALDIVIA  
SECRETARIO(A)

Dr. NELSON PACIFICO ESPINOZA YONG  
VOCAL

OBSERVACIONES: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

El presente acto académico se sustenta en el Reglamento General de Investigación de la UNPRG (Res. N° 184-2023-CU de fecha 24 de abril de 2023) los artículos 20º, 33º, 46º, 54º o 66º del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo (aprobado con Resolución N° 267-2023-CU de fecha 20 de junio del 2023 y su modificatoria aprobada por Resolución N° 385-2023-CU de fecha 11 de diciembre del 2023) y por la Resolución N° 403-2023-CU de fecha 27 de diciembre de 2023, ésta última que amplía el límite de las fechas de sustentación de proyectos aprobados del 2017 al 2020.

## CONSTANCIA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

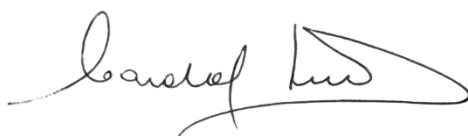
Yo, Dra. Carola Amparo Smith Maguiña; usuario revisor de la tesis titulada: **Impulsividad y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa nacional, Lambayeque 2025.**

Cuyo autor es, **Bach. Alexa Anabeli Ruiz Suarez**, identificada con documento de identidad 75835049; declaro que la evaluación realizada por el Programa Informático ha arrojado un porcentaje de similitud de 16%, verificable en el Resumen de Reporte Automatizado de Similitudes que acompaña.

El suscrito (a) analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas dentro del porcentaje de similitud permitido no constituyen plagio y que el documento cumple con la integridad científica y con las normas para el uso de citas y referencias establecida en los protocolos respectivos.

Se cumple con adjuntar el Recibo Digital a efectos de la trazabilidad respectiva del proceso.

Lambayeque, 06 de marzo del 2026



---

Dra. Carola Amparo Smith Maguiña  
DNI: 16776179  
ASESORA

Se adjunta:

*\*Resumen del Reporte automatizado de similitudes*

*\*Recibo Digital*

## INFORME DE SIMILITUD DE TURNITIN

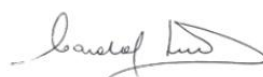
Impulsividad y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa nacional, Lambayeque 2025

### INFORME DE ORIGINALIDAD

|                     |                     |               |                         |
|---------------------|---------------------|---------------|-------------------------|
| <b>16%</b>          | <b>15%</b>          | <b>6%</b>     | <b>9%</b>               |
| INDICE DE SIMILITUD | FUENTES DE INTERNET | PUBLICACIONES | TRABAJOS DEL ESTUDIANTE |

### FUENTES PRIMARIAS

|           |                                                                                        |               |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>1</b>  | <b>hdl.handle.net</b><br>Fuente de Internet                                            | <b>3%</b>     |
| <b>2</b>  | <b>repositorio.unfv.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                                   | <b>1%</b>     |
| <b>3</b>  | <b>repositorio.ucv.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                                    | <b>1%</b>     |
| <b>4</b>  | <b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b><br>Trabajo del estudiante                | <b>1%</b>     |
| <b>5</b>  | <b>repositorio.unprg.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                                  | <b>1%</b>     |
| <b>6</b>  | <b>repositorio.upn.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                                    | <b>1%</b>     |
| <b>7</b>  | <b>Submitted to PREGRADO</b><br>Trabajo del estudiante                                 | <b>1%</b>     |
| <b>8</b>  | <b>repositorio.unsaac.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                                 | <b>1%</b>     |
| <b>9</b>  | <b>alicia.concytec.gob.pe</b><br>Fuente de Internet                                    | <b>1%</b>     |
| <b>10</b> | <b>Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal</b><br>Trabajo del estudiante | <b>&lt;1%</b> |
| <b>11</b> | <b>repositorio.ucsp.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                                   | <b>&lt;1%</b> |



Dra. Carola Amparo Smith Maguiña  
DNI: 16776179  
ASESORA

|    |                                                                                                                                                                      |      |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 12 | repositorio.upla.edu.pe<br>Fuente de Internet                                                                                                                        | <1 % |
| 13 | Submitted to Facultad de Psicología<br>Trabajo del estudiante                                                                                                        | <1 % |
| 14 | ddd.uab.cat<br>Fuente de Internet                                                                                                                                    | <1 % |
| 15 | repositorio.uct.edu.pe<br>Fuente de Internet                                                                                                                         | <1 % |
| 16 | Submitted to Universidad Francisco de Paula Santander<br>Trabajo del estudiante                                                                                      | <1 % |
| 17 | apirepositorio.unh.edu.pe<br>Fuente de Internet                                                                                                                      | <1 % |
| 18 | www.grafiati.com<br>Fuente de Internet                                                                                                                               | <1 % |
| 19 | Submitted to Universidad Internacional de la Rioja<br>Trabajo del estudiante                                                                                         | <1 % |
| 20 | Submitted to Universidad Maria Auxiliadora SAC<br>Trabajo del estudiante                                                                                             | <1 % |
| 21 | repositorio.autonomadeica.edu.pe<br>Fuente de Internet                                                                                                               | <1 % |
| 22 | "Gestión del cambio para la sostenibilidad socioeconómica de las naciones", Alianza de Investigadores Internacionales SAS, 2025<br>Publicación                       | <1 % |
| 23 | Hinojosa Mamani, Jhonatan. "Procrastinación y estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno - | <1 % |



Dra. Carola Amparo Smith Maguiña  
DNI: 16776179  
ASESORA

## 2024", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru), 2025

Publicación

|                                |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                      |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 24                             | Submitted to UNIBA<br>Trabajo del estudiante                                                                                                                                                                  | <1 %                                                                                                                                                 |
| 25                             | Submitted to Univ. de Deusto<br>Trabajo del estudiante                                                                                                                                                        | <1 %                                                                                                                                                 |
| 26                             | publicacionescd.uileam.edu.ec<br>Fuente de Internet                                                                                                                                                           | <1 %                                                                                                                                                 |
| 27                             | rdu.unc.edu.ar<br>Fuente de Internet                                                                                                                                                                          | <1 %                                                                                                                                                 |
| 28                             | Siguairo Mamani, Bernardo. "Influencia de la gestión pública municipal en la participación ciudadana en el distrito de Yunguyo, 2023", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru), 2025<br>Publicación | <1 %                                                                                                                                                 |
| 29                             | Submitted to Universidad Nacional Daniel Alcides Carrion<br>Trabajo del estudiante                                                                                                                            | <1 %                                                                                                                                                 |
| 30                             | archive.org<br>Fuente de Internet                                                                                                                                                                             | <1 %                                                                                                                                                 |
| 31                             | repositorio.udh.edu.pe<br>Fuente de Internet                                                                                                                                                                  | <1 %                                                                                                                                                 |
| 32                             | repositorio.uwiener.edu.pe<br>Fuente de Internet                                                                                                                                                              | <1 %                                                                                                                                                 |
| 33                             | www.aacademica.org<br>Fuente de Internet                                                                                                                                                                      | <1 %                                                                                                                                                 |
| 34                             | Submitted to Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo<br>Trabajo del estudiante                                                                                                                                  | <1 %                                                                                                                                                 |
| repositorio.continental.edu.pe |                                                                                                                                                                                                               | <br>Dra. Carola Amparo Smith Maguiña<br>DNI: 16776179<br>ASESORA |

|    |                                                                                                     |      |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 35 | Fuente de Internet                                                                                  | <1 % |
| 36 | <a href="https://repositorio.upao.edu.pe">repositorio.upao.edu.pe</a><br>Fuente de Internet         | <1 % |
| 37 | Submitted to Universidad Privada Antenor Orrego 2025<br>Trabajo del estudiante                      | <1 % |
| 38 | <a href="https://repositorio.autonoma.edu.pe">repositorio.autonoma.edu.pe</a><br>Fuente de Internet | <1 % |
| 39 | <a href="https://revistas.autonoma.edu.pe">revistas.autonoma.edu.pe</a><br>Fuente de Internet       | <1 % |
| 40 | Submitted to uazuay<br>Trabajo del estudiante                                                       | <1 % |
| 41 | Submitted to Universidad Andina del Cusco<br>Trabajo del estudiante                                 | <1 % |
| 42 | Submitted to Universidad Católica de Santa María<br>Trabajo del estudiante                          | <1 % |

Excluir citas

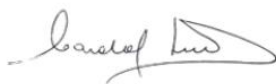
Activo

Excluir coincidencias

&lt; 15 words

Excluir bibliografía

Activo



Dra. Carola Amparo Smith Maguiña

DNI: 16776179

ASESORA

## RECIBO DIGITAL DE SIMILITUD



## Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: Alexa Anabeli Ruiz Suarez  
Título del ejercicio: Quick Submit  
Título de la entrega: Impulsividad y bienestar psicológico en adolescentes de una i...  
Nombre del archivo: Informe\_-\_RUIZ\_SUAREZ\_1.docx  
Tamaño del archivo: 1.37M  
Total páginas: 48  
Total de palabras: 10,121  
Total de caracteres: 61,575  
Fecha de entrega: 06-mar-2026 12:04a. m. (UTC-0500)  
Identificador de la entrega: 2895789221

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO  
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO-SOCIALES Y EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**TESIS**  
**Impulsividad y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa nacional, Lambayeque 2025**  
Presentada para obtener el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Investigadora: Alexa Anabeli Ruiz Suarez  
Asesora: Dra. Carola Amparo Smith Maguiña

Lambayeque - Perú  
202



Dra. Carola Amparo Smith Maguiña  
DNI: 16776179  
ASESORA

## DEDICATORIA

A Dios, por estar conmigo en cada paso, por darme la tranquilidad que necesité para no rendirme y por la alegría de ver que hoy este sueño por fin se hace realidad (Josué 1:9).

A mi familia, porque son mi hogar y mi lugar seguro, en especial a mis padres, abuelos y hermanos por estar siempre conmigo, por sus palabras de ánimo y por confiar en mí más que nadie. Y a mis perritos por su compañía fiel y amor incondicional.

A mis amigos, los que estuvieron en las buenas y en las malas, quienes me recordaron día a día que podía lograrlo. Su amistad y cariño me permitió que este camino sea más ligero.

***Alexa Anabeli Ruiz Suarez***

## AGRADECIMIENTO

A Dios, por ser mi guía y sustento en cada etapa de mi formación; gracias por darme la sabiduría para entender, la paciencia para esperar y la fortaleza para concluir este camino.

A mi casa de estudios, por haberme brindado el espacio y las herramientas necesarias para mi formación profesional durante estos años de carrera.

A cada uno de mis docentes, quienes a lo largo de mi formación profesional compartieron sus conocimientos y experiencias en las aulas; gracias por despertar en mí el amor por la psicología, sus enseñanzas son la base sobre la cual hoy comienzo a construir mi camino como profesional.

A mi asesora, por su valiosa guía, su tiempo y su disposición para orientarme en este proceso; gracias por confiar en la relevancia de este estudio desde el primer día.

A la institución educativa con la cual trabajé, por abrirme las puertas del plantel y otorgarme las facilidades para la ejecución de esta investigación. Y a los estudiantes que participaron voluntariamente en este estudio; gracias por su apoyo.

***Alexa Anabeli Ruiz Suarez***

## ÍNDICE

|                                                        |     |
|--------------------------------------------------------|-----|
| ACTA DE SUSTENTACIÓN .....                             | iii |
| CONSTANCIA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD.....        | iv  |
| INFORME DE SIMILITUD DE TURNITIN.....                  | v   |
| RECIBO DIGITAL DE SIMILITUD .....                      | ix  |
| DEDICATORIA .....                                      | x   |
| AGRADECIMIENTO .....                                   | xi  |
| RESUMEN .....                                          | 7   |
| ABSTRACT.....                                          | 8   |
| INTRODUCCIÓN .....                                     | 9   |
| 1. Capítulo I: Diseño Teórico.....                     | 13  |
| 1.1. Antecedentes de la investigación.....             | 13  |
| 1.1.1. A nivel internacional.....                      | 13  |
| 1.1.2. A nivel nacional .....                          | 14  |
| 1.1.3. A nivel local.....                              | 17  |
| 1.2. Bases Teóricas .....                              | 18  |
| 1.2.1. Impulsividad .....                              | 18  |
| 1.2.2. Bienestar Psicológico.....                      | 21  |
| 1.3. Definición y operacionalización de variables..... | 25  |
| 1.3.1. Definiciones conceptuales. ....                 | 25  |
| 1.3.2. Definiciones operativas.....                    | 25  |
| 2. Capítulo II: Diseño Metodológico .....              | 27  |

|        |                                                                            |    |
|--------|----------------------------------------------------------------------------|----|
| 2.1.   | Tipo de investigación.....                                                 | 27 |
| 2.2.   | Diseño de contrastación de hipótesis .....                                 | 27 |
| 2.3.   | Población, muestra y muestreo. ....                                        | 27 |
| 2.3.1. | Población.....                                                             | 27 |
| 2.3.2. | Muestra. ....                                                              | 27 |
| 2.3.3. | Muestreo. ....                                                             | 28 |
| 2.4.   | Técnicas, instrumentos, equipos y materiales de recolección de datos. .... | 28 |
| 2.4.1. | Técnicas. ....                                                             | 28 |
| 2.4.2. | Instrumentos.....                                                          | 28 |
| 2.4.3. | Equipos y materiales de recolección de datos.....                          | 30 |
| 2.5.   | Aspectos éticos de la investigación.....                                   | 30 |
| 3.     | Capítulo III: Resultados .....                                             | 32 |
| 3.1.   | Resultados .....                                                           | 32 |
| 3.1.1. | Resultados Descriptivos.....                                               | 32 |
| 3.1.2. | Resultados Relacionales.....                                               | 33 |
| 4.     | Capítulo IV: Discusión de los Resultados. ....                             | 36 |
| 5.     | Conclusiones .....                                                         | 40 |
| 6.     | Recomendaciones .....                                                      | 41 |
| 7.     | Referencias.....                                                           | 42 |
| 8.     | Anexos .....                                                               | 49 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|                                                                                                   |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tabla 1</b> Distribución de los niveles de la variable “Impulsividad” .....                    | 32 |
| <b>Tabla 2</b> Distribución de los niveles de la variable “Bienestar Psicológico” .....           | 32 |
| <b>Tabla 3</b> Prueba de normalidad .....                                                         | 33 |
| <b>Tabla 4</b> Correlación de las variables “Impulsividad” y “Bienestar Psicológico” .....        | 34 |
| <b>Tabla 5</b> Correlación entre la Impulsividad y las dimensiones del Bienestar Psicológico..... | 35 |
| <b>Tabla 6</b> Ficha técnica del instrumento BIS -11 .....                                        | 52 |
| <b>Tabla 7</b> Ficha técnica del instrumento BIEPS-J .....                                        | 52 |
| <b>Tabla 8</b> Confiabilidad del instrumento de BIS-11 (prueba piloto) .....                      | 53 |
| <b>Tabla 9</b> Confiabilidad del instrumento de BIEPS-J (prueba piloto) .....                     | 53 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| <b>Figura A1</b> Escala de Impulsividad, BIS -11 .....          | 49 |
| <b>Figura A2</b> Escala de Bienestar Psicológico, BIEPS-J ..... | 51 |
| <b>Figura D1</b> Prueba de Normalidad de Variables .....        | 53 |
| <b>Figura D2</b> Matriz de Correlación de Spearman .....        | 54 |

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la impulsividad y el bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa nacional de Lambayeque, 2025. El estudio fue de tipo básico, con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de nivel correlacional y alcance transversal. La muestra estuvo conformada por 223 adolescentes de primero a tercer grado de secundaria, con edades entre 13 y 16 años. Se aplicó la Escala de Impulsividad (BIS-11) de Barratt, adaptada por Chumacero y Rios (2024), y la Escala de Bienestar psicológico para jóvenes (BIEPS-J) de Casullo, adaptada por Cortez (2016); ambos instrumentos cuentan con propiedades psicométricas de validez y confiabilidad. Los resultados descriptivos revelaron que la mayoría de los estudiantes presentaron un nivel medio de impulsividad (78.5%) y un nivel medio de bienestar psicológico (48.4%). En cuanto al análisis inferencial, se halló una correlación inversa de magnitud moderada entre ambas variables ( $\rho = -.409$ ;  $p < .001$ ), además la impulsividad mostró asociaciones negativas con todas las dimensiones del bienestar psicológico, destacando el “control de situaciones” como la faceta con mayor grado de vinculación ( $\rho = -.319$ ). Estos hallazgos sugieren que la impulsividad actúa como un factor de riesgo para la salud emocional, subrayando la importancia de implementar estrategias de autorregulación que fortalezcan el bienestar psicológico en los adolescentes.

**Palabras clave:** Impulsividad; Bienestar psicológico; Adolescentes

## ABSTRACT

The objective of this research was to determine the relationship between impulsivity and psychological well-being in adolescents from a public educational institution in Lambayeque, 2025. This was a basic study with a quantitative approach, a non-experimental design, and a correlational, cross-sectional scope. The sample consisted of 223 adolescents from first to third grade of secondary school, aged between 13 and 16 years. Data were collected using the Barratt Impulsivity Scale (BIS-11), adapted by Chumacero and Rios (2024), and the Casullo Psychological well-being Scale for Youth (BIEPS-J), adapted by Cortez (2016); both instruments possess valid and reliable psychometric properties. Descriptive results revealed that most students presented a medium level of impulsivity (78.5%) and a medium level of psychological well-being (48.4%). Regarding the inferential analysis, a moderate inverse correlation was found between both variables ( $\rho = -.409$ ;  $p < .001$ ). Furthermore, impulsivity showed negative associations with all dimensions of psychological well-being, with "control of situations" being the facet with the highest degree of association ( $\rho = -.319$ ). These findings suggest that impulsivity acts as a risk factor for emotional health, highlighting the importance of implementing self-regulation strategies to strengthen psychological well-being in adolescents.

**Keywords:** Impulsivity, Psychological well-being, Adolescents

## INTRODUCCIÓN

La adolescencia representa una etapa de transición entre la niñez y la edad adulta, distinguida por una serie de características y necesidades propias, debido a que se experimentan cambios intensos a nivel físico, cognitivo, emocional y social (Bustamante et al., 2022). Durante este periodo, los adolescentes atraviesan un proceso de reorganización en múltiples niveles: la maduración del sistema nervioso central, el desarrollo del pensamiento abstracto y la construcción de la identidad personal, factores que inciden directamente en su bienestar psicológico (Betancourt et al., 2025).

De acuerdo con Ruiz y Yabut (2024) la adolescencia se asocia con una mayor vulnerabilidad emocional debido a la búsqueda de autonomía, la necesidad de aceptación social y las crecientes demandas académicas y familiares, así lo respalda también la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2025) estimando que 1 de cada 7 adolescentes en el mundo presenta algún trastorno de salud mental, siendo los problemas de regulación emocional e impulsividad algunos de los principales predictores de conductas autodestructivas, consumo de sustancias y bajo rendimiento escolar; estas cifras refuerzan la necesidad de atender esta etapa evolutiva, dado que las decisiones y aprendizajes adquiridos en ella tienen un impacto significativo en la edad adulta.

Considerando lo anteriormente mencionado, surge la necesidad de examinar a mayor detalle cómo se manifiesta la impulsividad, entendida como la tendencia a actuar de manera rápida, sin pensar en las consecuencias o bajo el influjo de las emociones (Rossi, 2025) y el bienestar psicológico, definido como la capacidad de sentirse satisfecho con la vida, mantener relaciones positivas y aceptarse a sí mismo (Rozas y Enciso, 2025) en la población adolescente, considerando que distintos estudios reportan tendencias preocupantes en ambas dimensiones.

En el ámbito internacional, una investigación realizada en 8 países europeos por Do et al. (2021) con 3031 adolescentes, reveló que la impulsividad derivada de emociones negativas

se asociaba significativamente con bajos niveles de bienestar, afectando la satisfacción con la vida, la estabilidad emocional y la calidad de las relaciones interpersonales. De manera similar, Zhang et al. (2021), en un estudio con 1524 adolescentes de entre 11 y 16 años en Shanghái (China), encontró que el 7.48% había mostrado comportamientos impulsivos que derivaron en agresividad, sugiriendo que una mayor tendencia a actuar sin reflexión o con escaso control inhibitorio se asocia con el desarrollo de conductas desadaptativas y el surgimiento de conflictos interpersonales.

En el contexto nacional, Chacón (2022) halló que el 44.1% de los adolescentes limeños presentaba un nivel bajo de bienestar psicológico, con especial afectación en la aceptación de sí mismos (47.1%), lo que refleja una especial dificultad de la población adolescente en la valoración personal y en la percepción positiva de sus propias capacidades. Por su parte, Rivasplata y Clemente (2024) reportaron que el 92.9% de los adolescentes limeños evaluados presentaba niveles medios de impulsividad, la cual se evidenciaba en contextos de alta carga emocional o presión social.

A nivel local, Yahuana (2022) identificó que el 43.55 % de los adolescentes chiclayanos evaluados presentaban un nivel medio de impulsividad; de manera similar, Verástegui (2023) halló que el 48.1% de los participantes se ubicaba en el mismo rango, lo que sugiere la presencia de dificultades para tomar decisiones o ejecutar actividades de forma reflexiva y óptima. En cuanto al bienestar psicológico, Johnson (2022) reportó que el 71.4% de los adolescentes de Chiclayo se encontraba en un nivel medio; del mismo modo, una investigación más reciente desarrollada por Sánchez (2024) indicó que el 46.3% de los adolescentes evaluados se situaba también en ese nivel, revelándose aún ciertas limitaciones que estarían obstaculizando el desarrollo psicológico pleno en los menores.

Ante ello, resulta necesario profundizar en esta problemática, ya que podría manifestarse también en la Institución Educativa seleccionada para la presente investigación,

debido a que durante conversaciones preliminares con algunos docentes, estos manifestaron que los estudiantes presentan con frecuencia comportamientos tales como responder de forma apresurada ante correcciones, involucrarse en discusiones entre pares y dificultad para manejar situaciones académicas o personales demandantes, asimismo, indicaron que evidenciaron en los adolescentes desinterés por las actividades escolares, expresiones devaluativas de sí mismos y dificultad para mantener relaciones interpersonales estables, aspectos que podrían estar vinculados a un bienestar psicológico disminuido. A ello se suma el contexto social y familiar en el que se desenvuelven, caracterizado en algunos casos por la disfuncionalidad familiar, la escasa supervisión parental y la exposición a entornos conflictivos; esta combinación de factores podría estar afectando la percepción de bienestar y la capacidad de autorregulación de los estudiantes, es por ello que el presente estudio busca responder a la siguiente interrogante ¿Existe relación entre impulsividad y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa nacional, Lambayeque 2025?, teniendo como hipótesis nula la no existencia de relación entre ambas variables, mientras que como hipótesis alterna la existencia de vinculación de las variables.

De la misma manera, se planteó como objetivo general determinar la relación entre impulsividad y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa nacional, Lambayeque 2025. Para lograrlo se estipularon como objetivos específicos identificar los niveles de impulsividad y bienestar psicológico en la muestra de estudio, asimismo evaluar la relación entre impulsividad y cada dimensión que compone el bienestar psicológico.

A continuación, se detallarán los capítulos a desarrollar a lo largo de la investigación: En el capítulo I se encuentra la realidad de esta problemática a nivel internacional, nacional y local, asimismo se ubican los modelos teóricos que respaldan y fundamentan las variables de estudio. En el capítulo II se da a conocer la metodología empleada, así como el tipo de muestreo y los instrumentos utilizados. En el capítulo III se describen los resultados obtenidos, los cuales

posteriormente se contrastan en el capítulo IV con aquellos identificados en otras investigaciones, esto último en el apartado de discusión. Finalmente se precisan las conclusiones de la investigación, seguida de las recomendaciones, para así culminar con las referencias y anexos empleados en el estudio.

## Capítulo I: Diseño Teórico

### 1.1. Antecedentes de la investigación.

#### 1.1.1. A nivel internacional

Pérez y Mayorga (2023) en su investigación tuvieron como objetivo analizar la relación entre el bienestar psicológico, la impulsividad y la ideación suicida en adolescentes, planteando además la evaluación de cada una de estas variables y la determinación de su asociación estadística en una población escolar. Se trató de estudio cuantitativo, no experimental y correlacional, para lo cual emplearon como instrumentos de recolección de información la “Escala de Bienestar Psicológico Juvenil (BIEPSJ), la “Escala de impulsividad de Barratt (BIS-11)” y la “Escala de ideación suicida de Beck”, aplicadas a una muestra de 437 adolescentes con edades comprendidas entre 13 y 18 años, de una institución pública del Cantón Cevallos-Tungurahua en Ecuador. Los resultados permitieron concluir que el bienestar psicológico se comporta como un factor protector, debido a que se encontró una relación negativa con la impulsividad y con la ideación suicida, mientras que la impulsividad presentó una relación positiva con la ideación suicida, lo cual indica que a mayores niveles de bienestar psicológico existe menor probabilidad de conductas impulsivas y pensamientos suicidas en los adolescentes.

Yang et al. (2023) su investigación tuvo como objetivo explorar cómo cambian a lo largo del tiempo las relaciones entre la impulsividad, los problemas interpersonales y la depresión en adolescentes, analizando específicamente el papel de la impulsividad y de los problemas interpersonales en la evolución de la depresión durante un año mediante un modelo de panel cruzado en una muestra de 271 adolescentes chinos. El artículo encontró que tanto la impulsividad como los problemas interpersonales actúan como factores de riesgo para la depresión adolescente, pero su peso cambia con el tiempo: en las primeras etapas de la educación secundaria, la impulsividad fue el principal factor de riesgo, mientras que en etapas

posteriores los problemas interpersonales pasaron a ser el factor de riesgo predominante. A partir de ello, los autores concluyen que estos hallazgos son importantes para orientar mejor las estrategias de prevención e intervención en impulsividad y problemas interpersonales en adolescentes.

Do et al. (2021) cuyo objetivo del estudio fue analizar si el bienestar psicosocial y los eventos de vida estresantes se relacionan con la impulsividad guiada por emociones en adolescentes europeos de 12 a 18 años, buscando entender si un mayor bienestar psicosocial se asocia con menor impulsividad emocional y si vivir más eventos estresantes se asocia con mayor impulsividad. Se trató de un estudio cuantitativo y transversal, empleándose como instrumentos la “Escala de urgencia, premeditación, búsqueda de sensaciones y urgencia positiva UPPS-P” para evaluar impulsividad, el “Cuestionario de calidad de vida relacionada con la salud” para medir bienestar psicosocial y la “Escala de reajuste social” para estimar eventos vitales estresantes, aplicados a 3031 adolescentes de 12 a 18 años pertenecientes a 8 países europeos. Las conclusiones fueron que los adolescentes con mayor bienestar psicosocial tenían menor impulsividad guiada por emociones, mientras que quienes habían vivido más eventos estresantes mostraban mayor impulsividad emocional, además algunos eventos como los problemas con pares y las frustraciones en la escuela tuvieron una relación más fuerte, por eso los autores concluyen que el bienestar psicosocial y los eventos estresantes deben tomarse en cuenta para diseñar estrategias de promoción de la salud y de regulación emocional en adolescentes

### **1.1.2. A nivel nacional**

Castillo (2024) cuyo objetivo del estudio determinar las diferencias en los niveles de impulsividad entre estudiantes de instituciones educativas públicas y privadas, en un contexto donde se evidencian problemas de convivencia escolar, tales como agresividad y conflictos interpersonales. Se trató de una investigación cuantitativa, no experimental y comparativa, para

la cual se empleó la “Escala de impulsividad BIS-11” aplicada a una muestra de 100 estudiantes con edades que oscilaban entre los 12 y 13 años, pertenecientes a cada institución educativa. Los resultados evidenciaron que el 59% de estudiantes de instituciones públicas presentaron niveles altos de impulsividad, mientras que en las instituciones privadas el 30.5% se ubicó en dicho nivel. La conclusión del estudio fue que el contexto educativo influye en la manifestación de conductas impulsivas, sugiriendo la necesidad de implementar estrategias de intervención orientadas al control de la impulsividad y al fortalecimiento de la estabilidad emocional en los estudiantes, especialmente en instituciones públicas.

Roque y Canaza (2022) plantearon una investigación la cual tuvo como objetivo fue determinar la relación entre el bienestar psicológico y la impulsividad en adolescentes escolarizados de un centro educativo de nivel secundario en Arequipa, además de identificar cómo se relacionaba el bienestar psicológico con las dimensiones de la impulsividad y, de igual manera, cómo la impulsividad se relacionaba con las dimensiones del bienestar psicológico. Se trató de un estudio no experimental, de corte transversal y de diseño correlacional, para ello se emplearon como instrumentos de recolección de datos la “Escala de bienestar psicológico (BIEPS-J)” y la “Escala de impulsividad de BIS-15S” aplicadas a 250 estudiantes de 1ero a 5to de secundaria de un centro educativo público de El Cruce en Arequipa. El estudio encontró que sí existe una relación significativa e inversa entre el bienestar psicológico y la impulsividad, es decir, cuando el bienestar psicológico es mayor, la impulsividad tiende a disminuir, y también se comprobó que esta relación se mantiene en las dimensiones de ambas variables, destacando que la impulsividad afecta aspectos como el control de situaciones, la aceptación de sí mismo, los vínculos psicosociales y los proyectos personales de los adolescentes.

Piñas (2021) propuso un estudio cuyo objetivo del estudio fue analizar la relación entre la impulsividad y la autoestima en adolescentes de 12 a 16 años de una institución educativa de Huantashiri, Satipo, además de describir los niveles de impulsividad y autoestima, tanto en

general como según sexo, y ver la relación entre la impulsividad con las dimensiones de la autoestima y viceversa. Se trató de un tipo de investigación no experimental, de alcance transversal y correlacional, aplicándose como instrumentos de valoración la “Escala de impulsividad de Barratt, BIS-11” y el “Test de Autoestima General” aplicadas a 80 estudiantes de entre 11 y 17 años la institución educativa pública Manuel Mejía Alberto de Satipo, Junín. Se evidenciaron a través de los resultados que el 95% de estudiantes presentaron niveles altos de impulsividad, mientras que en la variable autoestima, se identificó una prevalencia del 80% en un nivel medio. En cuanto a la correlación de ambas variables, no se halló una vinculación significativa entre ellas ( $p = .872$ ). El estudio encontró que no existe una relación significativa entre impulsividad y autoestima, ya que la correlación fue no significativa ( $p = 0.872$ ), aunque se observó que la mayoría de estudiantes mostraba conductas frecuentemente impulsivas y que predominaba un nivel medio de autoestima, además tampoco se hallaron relaciones significativas entre la impulsividad y las dimensiones de la autoestima ni entre la autoestima y las dimensiones de la impulsividad según sexo.

Mendoza y Rojas (2020) desarrollaron una investigación que buscaba determinar el rol mediador de la asertividad y el bienestar psicológico frente a la exposición a la violencia e impulsividad en adolescentes de Lima Metropolitana. Se trató de un estudio no experimental y transversal, empleándose como instrumentos la “Escala de asertividad de Rathus”, la “Escala de bienestar psicológico”, el “Cuestionario de exposición a la violencia de Orue y Calvete” y la “Escala de impulsividad de Barratt – 15S, los cuales se administraron a una muestra de 709 estudiantes de secundaria procedentes de cinco centros educativos, tanto públicos como privados. Los resultados revelaron que la exposición a la violencia afecta de manera directa la asertividad y el bienestar psicológico, reduciendo ambos recursos personales. Asimismo, se evidenció que estas variables influyen significativamente en la impulsividad, lo que permitió

concluir que la relación entre violencia e impulsividad no es directa, sino mediada por el nivel de asertividad y bienestar psicológico de los adolescentes.

### **1.1.3. A nivel local**

Balarezo y Sáenz (2024) el objetivo del estudio fue determinar la relación entre la agresividad y el bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Chiclayo, además de identificar el nivel de agresividad, el nivel de bienestar psicológico y la relación entre las dimensiones de la agresividad con el bienestar psicológico. Se trató de una investigación del tipo básica, cuantitativa, no experimental y de nivel correlacional, empleándose como instrumentos de recolección de datos el “Cuestionario de agresividad de Buss y Perry” y la “Escala de bienestar psicológico BIEPS-J”, las cuales se aplicaron a 160 estudiantes de entre 15 y 17 años de la institución educativa pública Carlos Augusto Salaverry, La Victoria, Chiclayo. Los resultados mostraron que el 57.4% de los estudiantes presentaron un nivel medio de agresividad, expresada a través de reacciones de enojo, comportamientos impulsivos y actitudes de humillación u ofensa hacia sus compañeros; por otro lado, el 79.4% evidenció un nivel alto de bienestar psicológico, caracterizado por una adecuada satisfacción personal y relaciones positivas con los demás; asimismo, se encontró una relación inversamente proporcional entre los niveles de impulsividad y la percepción de bienestar psicológico ( $\rho = -.409$ ). Las conclusiones fueron que la mayoría de estudiantes presentó un nivel regular de agresividad y un nivel alto de bienestar psicológico, pero aun así se comprobó que existe una relación negativa significativa entre ambas variables, es decir, mientras más agresividad muestran los adolescentes, menor es su bienestar psicológico, y esto también se vio en sus dimensiones de agresividad verbal, física, ira y hostilidad, por lo que se concluye que las conductas agresivas afectan de manera perjudicial la salud emocional, el desarrollo personal y la interacción social de los estudiantes

## **1.2. Bases Teóricas**

### **1.2.1. *Impulsividad***

La impulsividad puede ser definida como aquella tendencia a actuar de manera inmediata y sin reflexión previa ante cualquier situación (Fernández y Pérez, 2003). Se trata además de una conducta adaptativa que puede ayudarnos ante situaciones de amenaza, dado que el peligro inminente requiere de una respuesta inmediata (Celma, 2015), sin embargo, cuando esta tendencia se vuelve en una manera frecuente de actuar se tornaría en una disfuncionalidad. En este sentido Gil et al. (2017) mencionan que se trataría de un patrón desadaptativo de la conducta que implica la dificultad para detener una acción, la tendencia a actuar sin planificar ni pensar en las consecuencias y la preferencia por obtener recompensas rápidas y menores en lugar de esperar por otras más grandes y satisfactorias a largo plazo, es decir, se trataría de una forma de comportamiento caracterizada por la falta de control y la búsqueda inmediata de satisfacción, que puede generar dificultades en la autorregulación y en la toma decisiones.

Durante la adolescencia, la impulsividad adquiere una relevancia particular ya que se trata de una etapa marcada por cambios en diversas áreas de su desarrollo. Según Sternberg (2017) en este periodo, el desarrollo del sistema límbico, relacionado con la búsqueda de sensaciones y recompensa, se encuentra más activo, mientras que las áreas prefrontales del cerebro, encargadas del control inhibitorio, el razonamiento y la toma de decisiones, aún está en proceso de maduración. Esta asincronía evolutiva explica porque los adolescentes tienden actuar de manera impulsiva o sin considerar las consecuencias de sus actos. Por su parte Fosco et al. (2025) señalan que factores contextuales como la presión de grupo o familia, la necesidad de afirmación personal y la búsqueda de autonomía contribuyen a que la impulsividad se manifieste con mayor frecuencia pudiendo repercutir en la calidad de vida y relaciones del adolescente.

### **1.2.1.1. Modelo de impulsividad de Barratt**

De acuerdo con lo expuesto por Rueda et al. (2016), el modelo teórico que sustenta este estudio fue propuesto originalmente por Ernest Barratt en 1959. Bajo esta perspectiva, la impulsividad se define como una disposición natural configurada por múltiples componentes interrelacionados. El autor sostiene que este constructo se encuentra mediado por tres dimensiones fundamentales: motora, cognitiva y no planificada, las cuales permiten una comprensión integral de las distintas manifestaciones de este rasgo en el comportamiento humano.

En relación con la impulsividad motora, esta se describe como la tendencia a ejecutar acciones carentes de un proceso deliberativo previo, lo cual se traduce en respuestas inmediatas ante las demandas del entorno. Dicho componente conlleva una limitada capacidad de autorregulación, donde la celeridad en la ejecución suele prevalecer sobre la inhibición o el análisis de la situación.

Por su parte, la impulsividad cognitiva se asocia con la dificultad para sostener el enfoque atencional y procesar la información de manera reflexiva. En este sentido, los individuos con puntuaciones elevadas en esta dimensión presentan una propensión a adoptar juicios apresurados sin considerar la totalidad de los datos disponibles; lo anterior incide directamente en la gestión de procesos cognitivos críticos, tales como la planificación, la concentración y el razonamiento lógico, especialmente en escenarios que exigen un procesamiento minucioso de la información.

Finalmente, la impulsividad no planificada hace referencia a una orientación predominante hacia el momento presente, omitiendo la evaluación a largo plazo de las consecuencias de los actos. Esta dimensión se vincula con una reducida capacidad para estructurar estrategias preventivas o anticipar resultados, priorizando la satisfacción instantánea sobre los beneficios proyectados a largo plazo.

### **1.2.1.2. Teoría de la autorregulación**

La teoría sociocognitiva, propuesta por Bandura en 1991, plantea que el comportamiento humano surge de una interacción constante y recíproca entre elementos personales, conductuales y el entorno ambiental (Zhai et al., 2023). Bajo esta premisa, se concibe al individuo como un agente activo con capacidad de autorregulación, lo que le permite influir de manera directa en su propia conducta. En concordancia con esta línea de pensamiento, Chaves y Rodríguez (2017) definen el aprendizaje autorregulado como un proceso de naturaleza cíclica, mediante el cual el sujeto planifica, supervisa y valora sus propios procesos cognitivos, afectivos y acciones a través de tres dimensiones fundamentales que se encuentran interrelacionadas.

En primer lugar, la dimensión cognitiva se refiere a la participación del individuo en el control y monitoreo de sus pensamientos, lo que facilita la identificación de estrategias, la anticipación de posibles errores y el ajuste de acciones según los resultados obtenidos. De este modo, una regulación cognitiva funcional tiende a favorecer la toma de decisiones reflexivas, mientras que una gestión limitada en esta área podría relacionarse con respuestas de carácter impulsivo o desorganizado.

Por otro lado, la dimensión motivacional sostiene que aquellas personas que confían en sus propias capacidades para resolver desafíos suelen mostrar una mayor persistencia ante los obstáculos, manteniendo su motivación aun cuando los beneficios no sean inmediatos. En este sentido, los sujetos con niveles adecuados de autoeficacia tienden a organizar mejor sus metas y a demostrar un compromiso más sólido con sus resultados.

Finalmente, la dimensión conductual se vincula con la forma en que los individuos orientan y gestionan su propio comportamiento en función de los objetivos que pretenden alcanzar. Así, la conducta autorregulada se manifiesta cuando la persona ejerce una influencia

activa sobre su actuar, participando en un proceso continuo de retroalimentación donde se integran la acción, la autoevaluación y las consecuencias derivadas de sus decisiones.

En síntesis, la impulsividad se define como un fenómeno multidimensional donde interactúan una disposición natural hacia la acción y procesos de aprendizaje. De acuerdo con los planteamientos de Barratt, este rasgo se manifiesta a través de la ejecución motora inmediata, la dificultad en la concentración y una limitada planificación de las acciones futuras, mientras que, para la teoría sociocognitiva de Bandura, la impulsividad se encontraría vinculada a una falla en los mecanismos de autorregulación, donde el individuo no logra monitorear ni ajustar su comportamiento ante las demandas del entorno. Por consiguiente, se plantea que la falta de reflexión previa podría dificultar la adaptación del adolescente a situaciones que requieren un análisis más profundo.

En la presente investigación, el estudio de la impulsividad se sustenta principalmente en el modelo multidimensional propuesto por Barratt, debido a que este aborda la impulsividad como un constructo específico compuesto por las dimensiones motora, cognitiva y no planificada, permitiendo un análisis más preciso de las manifestaciones impulsivas en adolescentes. Por otro lado, la teoría de la autorregulación de Bandura se considera un aporte complementario, ya que explica los procesos de control y regulación de la conducta, comprendiendo la impulsividad como consecuencia de dificultades en la autorregulación; sin embargo, no profundiza específicamente en la estructura y dimensiones propias del constructo evaluado.

### **1.2.2. Bienestar Psicológico**

El bienestar psicológico se concibe como un estado de equilibrio interno que refleja el funcionamiento óptimo del individuo en las distintas áreas de su vida. Según Ryff (1989) una vida plena no se define únicamente por la presencia de emociones agradables, sino por la capacidad de funcionar de manera adecuada como persona, desarrollando el propio potencial

y estableciendo relaciones positivas con los demás (citado por Martínez, 2025). Esta idea es reforzada por Diener et al. (2010), quienes sostienen que el bienestar psicológico abarca tanto aspectos emocionales como cognitivos, integrando la satisfacción con la vida y la presencia de emociones positivas como indicadores de un adecuado funcionamiento personal (citado por García y Gonzáles, 2000), en otras palabras, el bienestar psicológico implica la forma en que una persona percibe y valora su vida, combinando sus pensamientos y emociones para conformar una visión general de su satisfacción y equilibrio personal.

Por su parte, Casullo y Castro (2002) lo definen como la percepción de sentirse eficaz, vinculado y con un proyecto vital que otorgue sentido y dirección a la existencia, lo cual adquiere especial relevancia durante la adolescencia, etapa en la que se consolidan la identidad y la búsqueda de propósito en la persona.

#### **1.2.2.1. Modelo de bienestar psicológico de Ryff**

La teoría del bienestar psicológico, formulada inicialmente por Carol Ryff en 1989, sostiene que este constructo se estructura a través de seis dimensiones multidimensionales (Martínez, 2025). Entre ellas, la autonomía se describe como la habilidad para actuar con independencia, orientando la conducta según convicciones personales sin una dependencia excesiva de la presión externa. A esto se suma el crecimiento personal, entendido como la disposición para el aprendizaje continuo y la apertura al cambio, y el propósito en la vida, que se vincula con la posesión de metas claras que otorgan sentido a las acciones diarias. Asimismo, Ryff destaca las relaciones positivas, referidas a la capacidad de establecer nexos basados en la confianza y la empatía; el dominio del entorno, que implica la gestión eficaz de las demandas ambientales para favorecer el bienestar propio; y la autoaceptación, definida como la capacidad de reconocer las fortalezas y debilidades personales desde una perspectiva amable y realista.

Considerando como base el trabajo de Ryff, María Casullo desarrolló una versión adaptada a las particularidades de la población adolescente, sintetizando la propuesta original

en cuatro ejes principales (Aguirre, 2020). En este modelo, el control de situaciones se refiere a la aptitud para adaptarse y afrontar los diversos desafíos de la cotidianidad. Por su parte, los vínculos psicosociales evalúan la calidad de las interacciones interpersonales y la capacidad para sostener relaciones significativas. El proyecto de vida se orienta hacia la facultad de otorgar dirección a la existencia mediante valores y objetivos personales que guían el comportamiento. Finalmente, la aceptación de sí mismo se relaciona con la confianza personal y el grado de satisfacción con la propia identidad, elementos que tienden a consolidar el equilibrio psicológico en la etapa adolescente.

#### **1.2.2.2. Modelo PERMA**

De acuerdo con lo expuesto por Gaxiola y Palomar (2016), Martin Seligman propuso en 2011 un modelo centrado en el bienestar psicológico que se estructura a partir de cinco elementos fundamentales. Esta propuesta teórica es conocida por el acrónimo PERMA, derivado de las iniciales en inglés de cada uno de sus componentes. En primer lugar, se encuentran las emociones positivas (P), las cuales se describen como la capacidad de experimentar y disfrutar estados afectivos agradables. Estas no solo generarían una sensación de bienestar inmediato, sino que también podrían favorecer el desarrollo de recursos mentales y sociales que fortalecen la salud integral a largo plazo.

En segundo lugar, el compromiso (E) se define como un estado de involucramiento profundo en una actividad, donde el individuo experimenta plenitud al emplear sus habilidades personales; este factor tiende a promover la motivación intrínseca y la percepción de crecimiento personal. Asimismo, las relaciones (R) destacan la relevancia de los nexos sociales de apoyo y afecto en la construcción del bienestar. Bajo esta mirada, los vínculos saludables con el entorno familiar y social se consideran una fuente esencial de pertenencia y estabilidad emocional.

Por otro lado, el sentido o propósito (M) implica orientar las acciones en función de valores o ideales que trascienden el interés individual. Se plantea que las personas que logran otorgar un significado a sus conductas poseen un marco de referencia que facilita el afrontamiento de las dificultades con mayor fortaleza. Finalmente, el logro o realización (A) se vincula con la capacidad de establecer metas y esforzarse por su consecución. La obtención de resultados valiosos genera una percepción de progreso y competencia personal, elementos que consolidan el sentido de realización dentro del modelo propuesto.

Respecto al bienestar psicológico, la convergencia de las propuestas de Casullo y Seligman permite concebir este constructo como un estado de funcionamiento óptimo que va más allá de la ausencia de conflictos. Mientras que el modelo de Casullo enfatiza la importancia de la autoaceptación, los vínculos interpersonales saludables y la construcción de un proyecto de vida en la adolescencia, el enfoque de Seligman añade el valor de las emociones positivas y el sentido de logro como pilares de la satisfacción. En este sentido, estos componentes en conjunto favorecerían en la consolidación de la satisfacción vital del adolescente frente a las demandas de su entorno.

El presente estudio se orienta principalmente en el modelo propuesto por Carol Ryff y adaptado para población adolescente por María Casullo debido a que este enfoque busca comprender cómo se construye el bienestar psicológico, centrándose en la manera en que la persona se relaciona consigo misma y con su contexto, para ello, considera aspectos como la autoaceptación, el control del entorno, los vínculos interpersonales y el proyecto de vida. Por su parte, el modelo PERMA de Martin Seligman basa el estudio de este constructo en la evaluación de elementos que favorecen una vida plena, los cuales facilitan la satisfacción y el bienestar psicológico, sin embargo, no se centra en el proceso de construcción del bienestar tal como el primer planteamiento, por ello se considera un aporte complementario en la investigación.

### **1.3. Definición y operacionalización de variables.**

#### **1.3.1. Definiciones conceptuales.**

##### **1.3.1.1. Impulsividad**

De acuerdo con Fernández y Pérez (2003) la impulsividad es definida como aquella tendencia a actuar de manera inmediata y sin reflexión previa ante cualquier situación, es decir, esta predisposición no solo se manifiesta como una respuesta motora precipitada, sino también como una dificultad cognitiva para procesar la información del entorno antes de emitir un juicio o acción.

##### **1.3.1.2. Bienestar Psicológico**

Según Casullo y Castro (2002), el bienestar psicológico se define como un estado de equilibrio dinámico que surge cuando el individuo se percibe a sí mismo como autoeficaz para afrontar las demandas del entorno. Este constructo integra la capacidad de establecer vínculos interpersonales significativos y la consolidación de un proyecto de vida que otorga coherencia y dirección a la existencia.

### 1.3.2. Definiciones operativas.

| Variable            | Definición operacional                                                                                                           | Dimensiones    | Indicadores             | Ítems                 | Instrumento                                                                                   |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Impulsividad</b> | La escala BIS – 11 consta de 29 ítems distribuidos en 3 dimensiones. Es de respuesta tipo Likert siendo las opciones 0, 1, 3 y 4 | Motora         | Motora                  | 2,9,12,15,18,25       | Escala BIS – 11 diseñada por Barratt en 1959, adaptada a Chiclayo por Chumacero y Rios (2024) |
|                     |                                                                                                                                  |                | Perseverancia           | 14,22                 |                                                                                               |
|                     |                                                                                                                                  | Cognitiva      | Atención                | 7,19,28               |                                                                                               |
|                     |                                                                                                                                  |                | Inestabilidad cognitiva | 4,16,26               |                                                                                               |
|                     |                                                                                                                                  | No planificada | Autocontrol             | 1,5,6,10,11,17,29     |                                                                                               |
|                     |                                                                                                                                  |                | Complejidad cognitiva   | 2,8,13,20,21,23,24,27 |                                                                                               |

|                              |                                                                                                                                    |                        |                                 |        |                                                                                             |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Bienestar psicológico</b> | La escala BIEPS – J presenta 13 ítems, ubicados en 4 dimensiones. La modalidad de respuesta es tipo Likert con opciones del 1 al 3 | Control de situaciones | Manejo de situaciones difíciles | 1,5,10 | Escala BIEPS – J desarrollada por Casullo en el 2000, adaptada a Trujillo por Cortez (2016) |
|                              |                                                                                                                                    |                        | Aceptación de errores           | 13     |                                                                                             |
|                              |                                                                                                                                    | Aceptación de sí mismo | Física                          | 4      |                                                                                             |
|                              |                                                                                                                                    |                        | Psicológica                     | 9      |                                                                                             |
|                              |                                                                                                                                    | Vínculos psicosociales | Cercanos                        | 2,8    |                                                                                             |
|                              |                                                                                                                                    |                        | Sociales                        | 7,11   |                                                                                             |
|                              |                                                                                                                                    | Proyecto de vida       | Metas                           | 3      |                                                                                             |
|                              |                                                                                                                                    |                        | Pensamiento positivo            | 6,12   |                                                                                             |

## Capítulo II: Diseño Metodológico

### 1.4. Tipo de investigación.

La investigación fue de carácter básico, ya que el propósito principal fue generar nuevos conocimientos y aportar información relevante a partir del análisis realizado; se adoptó un enfoque cuantitativo puesto que se emplearon datos numéricos con el fin de explorar, analizar y verificar la información obtenida y se enmarcó en el nivel correlacional ya que se buscó determinar el grado de vinculación entre las variables en un contexto determinado (Arias y Covinos, 2021).

### 1.5. Diseño de contrastación de hipótesis

El estudio fue no experimental, ya que no se efectuó manipulación deliberada de las variables y tuvo un alcance transversal, debido a que el análisis de la relación entre variables se realizó en un solo momento temporal (Hernández y Mendoza, 2023).

### 1.6. Población, muestra y muestreo.

#### 1.6.1. Población.

La población de estudio estuvo constituida por 684 adolescentes de una institución educativa nacional, mixta y de nivel secundario, ubicada en la ciudad de Lambayeque durante el año 2025.

#### 1.6.2. Muestra.

A partir de la población de estudio, se trabajó con una muestra integrada por 223 adolescentes, distribuidos en primer ( $n = 63$ ), segundo ( $n = 93$ ) y tercer grado ( $n = 67$ ) de secundaria. Para su conformación, se aplicaron criterios de inclusión que consistieron en contar con el asentimiento informado de los padres de familia y de los propios estudiantes, así como pertenecer al rango etario de 13 a 16 años. Además, se establecieron criterios de exclusión para aquellos protocolos que presentaran más del 10% de omisiones en sus respuestas o que fueran completados por estudiantes fuera del rango de edad establecido. En función de dichos

criterios, se excluyeron 24 protocolos, considerándose únicamente aquellos que resultaron válidos para el análisis estadístico.

### **1.6.3. Muestreo.**

La selección de los participantes se realizó mediante un procedimiento de muestreo no probabilístico por conveniencia, basándose en la accesibilidad y disponibilidad de los adolescentes para participar en la investigación. Este método permitió facilitar la recolección de datos dentro del contexto educativo evaluado (Golzar et al., 2022).

## **1.7. Técnicas, instrumentos, equipos y materiales de recolección de datos.**

### **1.7.1. Técnicas.**

Se utilizó la técnica de la encuesta, la cual permitió obtener información directa de los participantes mediante la aplicación de preguntas estandarizadas aplicadas de forma colectiva (Vásquez et al., 2023)

### **1.7.2. Instrumentos.**

#### **1.7.2.1. Escala de impulsividad (BIS – 11)**

El instrumento seleccionado para evaluar la variable de impulsividad ha sido la Escala BIS-11, elaborada por Barratt (1959) y posteriormente adaptada a población adolescente de Chiclayo por Chumacero y Ríos (2024). En su versión original, la escala está compuesta por 30 ítems distribuidos en tres dimensiones: impulsividad motora, impulsividad cognitiva e impulsividad no planificada. Las respuestas se valoran mediante una escala tipo Likert con las opciones: “rara vez o nunca”, “ocasionalmente”, “a menudo” y “casi siempre o siempre”, asignándoles puntajes de 0, 1, 3 y 4, respectivamente. Cabe señalar que algunos ítems (1, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 20 y 29) presentan puntuación inversa.

En cuanto a sus propiedades psicométricas, la versión original reporta un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.77, lo que evidencia una confiabilidad adecuada, además de una correcta

equivalencia conceptual, lingüística y de escala, que respalda su validez en idioma español (Flores, 2018).

Respecto a la adaptación en Chiclayo, Chumacero y Ríos (2024) realizaron una validación de contenido mediante juicio de expertos, lo que llevó a modificar ciertos términos y eliminar el ítem N.º 23 por no alcanzar valores aceptables, motivo por el cual se reorganizó la numeración de manera correlativa, de modo que los ítems posteriores al eliminado conservaran un orden secuencial dentro de la escala. Como resultado, la escala obtuvo un V de Aiken de .73 y un Alfa de Cronbach de .812, indicadores que confirman satisfactoriamente la validez y confiabilidad de la prueba, por ello, en el presente estudio se empleará la versión de 29 ítems, cuyos puntajes se evaluarán de la siguiente manera: 0-38 puntos “nivel bajo”, 39-77 puntos “nivel medio” y 78 – 116 puntos “nivel alto”, rangos que derivan de los valores de referencia obtenidos en la población adolescente de Chiclayo.

Con el fin de verificar la idoneidad del instrumento en el contexto local, se realizó una prueba piloto con 30 estudiantes de características similares a la muestra. El análisis de consistencia interna mediante el coeficiente Alfa de Cronbach arrojó un valor de .700, lo que indica una fiabilidad aceptable y confirma que los ítems son comprendidos por los evaluados, validando su aplicación para los fines de esta investigación.

#### **1.7.2.2. Escala de bienestar psicológico (BIEPS – J)**

El instrumento seleccionado para medir la variable de bienestar psicológico fue la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J), elaborada por María Casullo (2000) y adaptada al contexto de Trujillo por Cortez (2016). Esta escala está compuesta por 13 ítems, distribuidos en cuatro dimensiones: control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyecto de vida. Utiliza un formato de respuesta tipo Likert con tres opciones: 1 = en desacuerdo, 2 = ni de acuerdo ni en desacuerdo y 3 = de acuerdo. Los puntajes obtenidos

se considerarán del siguiente modo: 13 -24 puntos “nivel bajo”, 25 – 32 puntos “nivel medio” y 33 – 39 puntos “nivel alto”.

En su versión original, la prueba reporta un coeficiente Alfa de Cronbach de .74, lo que evidencia una adecuada confiabilidad, además de validez en adolescentes de Argentina, España, Cuba y Perú (Casullo y Castro, 2020, citado por Humareda, 2022).

Por su parte, la adaptación en Trujillo realizada por Cortez (2016) confirmó la validez de la escala, obteniéndose coeficientes de correlación significativos ( $p < .01$ ), asimismo, alcanzó un Alfa de Cronbach de .710, lo que respalda su confiabilidad y consistencia interna en población adolescente.

Para este instrumento, el análisis de fiabilidad ejecutado con la muestra piloto de 30 adolescentes reportó un coeficiente Alfa de Cronbach de .819, este resultado reflejó una consistencia interna alta, demostrando que la escala posee una estabilidad y precisión óptimas para medir el bienestar psicológico en la población de estudio.

### **1.7.3. Equipos y materiales de recolección de datos.**

Para el desarrollo del presente estudio, se empleó Microsoft Excel como herramienta principal para la organización de datos. Posteriormente, el análisis y procesamiento estadístico se realizó mediante el software JAMOVI, el cual permitió el análisis descriptivo e inferencial, asegurando la interpretación rigurosa de los resultados.

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

La presente investigación se desarrolló bajo un marco de estricto respeto a la integridad y privacidad de los participantes, fundamentándose principalmente en la autorización formal otorgada por la Dirección de la Institución Educativa y en la socialización de los objetivos del estudio a los padres de familia en la entrega de boletas, los cuales mostraron su aprobación. Durante la recolección de datos, se priorizó el asentimiento voluntario de los adolescentes, a quienes se les informó sobre el carácter académico del estudio y su libertad para no participar

si así lo decidían, garantizando una colaboración voluntaria. Asimismo, el manejo de la información se realizó de manera anónima, omitiendo nombres o datos de identificación personal en los cuestionarios; en su lugar, solo se solicitó información pertinente para los fines del estudio, como edad, grado y sección. Finalmente, es importante precisar que los hallazgos presentados guardan fidelidad con las respuestas brindadas por los estudiantes durante el periodo de evaluación, respetando la objetividad en el análisis de los resultados.

## Capítulo III: Resultados

### 1.9. Resultados

#### 1.9.1. Resultados Descriptivos

##### 1.9.1.1. Variable Impulsividad

En la tabla 1 se detalla el análisis descriptivo de la variable “Impulsividad”

**Tabla 1**

*Distribución de los niveles de la variable “Impulsividad”*

| Impulsividad | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------|------------|------------|
| Nivel bajo   | 46         | 20.6%      |
| Nivel medio  | 175        | 78.5%      |
| Nivel alto   | 2          | 0.9%       |
| Total        | 223        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia con base en los datos recolectados mediante la aplicación de la Escala de Impulsividad a adolescentes de una institución educativa de Lambayeque en 2025.

La tabla 1 indica la distribución de la variable “Impulsividad”, observándose que el 78.5% de los evaluados se ubica en un nivel medio, mientras que el 20.6% un nivel bajo y solo un 0.9% un nivel alto. Este patrón refleja que, en la muestra evaluada, predomina una tendencia intermedia de impulsividad, lo que indica que la mayoría de los adolescentes presenta respuestas impulsivas moderadas, sin ubicarse en niveles extremos.

##### 1.9.1.2. Variable Bienestar Psicológico

En la tabla 2 se detalla el análisis descriptivo de la variable “Bienestar Psicológico.

**Tabla 2**

*Distribución de los niveles de la variable “Bienestar Psicológico”*

| Bienestar Psicológico | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------------|------------|------------|
| Nivel bajo            | 23         | 10.3%      |
| Nivel medio           | 108        | 48.4%      |
| Nivel alto            | 92         | 41.3%      |
| Total                 | 223        | 100%       |

*Nota.* Elaboración propia con base en los datos recolectados mediante la aplicación de la Escala de Bienestar Psicológico a adolescentes de una institución educativa de Lambayeque en 2025.

La tabla 2 muestra que el 48.4% de los adolescentes presenta un nivel medio de bienestar psicológico, seguido por un 41.3% en nivel alto y un 10.3% en nivel bajo. Este patrón indica que predomina una condición intermedia de bienestar en la muestra evaluada, lo que muestra que una parte importante de los estudiantes cuenta con recursos psicológicos presentes, aunque todavía en proceso de consolidación.

### 1.9.2. Resultados Relacionales

#### 1.9.2.1. Prueba de Normalidad

La normalidad de la distribución de datos se determinó mediante la prueba de Kolmogorov- Smirnov, la cual fue seleccionada considerando que el tamaño de la muestra fue superior a 50 participantes. Para su interpretación se tomó en cuenta el nivel de significancia alcanzado, valorando el siguiente criterio:

- Si el p-valor es mayor a .05, se asume normalidad en la distribución de los datos, requiriendo el uso de pruebas paramétricas.
- Si el p-valor es menor a .05, no se asume distribución normal, lo que orienta el uso de pruebas no paramétricas.

De acuerdo con lo anteriormente expuesto, en la tabla 3 se calculó la prueba de normalidad correspondiente a cada variable.

**Tabla 3**

#### *Prueba de normalidad*

| Variables             | “Kolmogorov Smirnov” |     |               |
|-----------------------|----------------------|-----|---------------|
|                       | Estadístico          | N   | Sig (p-valor) |
| Impulsividad          | .043                 | 223 | .795          |
| Bienestar Psicológico | .094                 | 223 | .036          |

*Nota.* Elaboración propia a partir del análisis de normalidad mediante la prueba de Kolmogorov-

Smirnov aplicado a los datos recolectados en 2025.

Los datos de la tabla 3 indican que los “p-valores” de cada variable presentan comportamientos diferentes respecto al supuesto de normalidad. Se observa que la variable impulsividad presenta distribución normal ( $p = .795$ ), mientras que la variable bienestar

psicológico no cumple dicho supuesto ( $p = .036$ ). Debido a la ausencia de normalidad en una de las variables, se optó por emplear la prueba de correlación no paramétrica Rho de Spearman para la contrastación de la hipótesis de estudio, por considerarse la más adecuada para analizar la asociación entre variables que no presentan una misma distribución.

### 1.9.2.2. Contrastación de Hipótesis

#### 1.9.2.2.1. Correlación de las variables “Impulsividad” y “Bienestar Psicológico”

En la tabla 4 se indican los resultados obtenidos para identificar la correlación de las variables “Impulsividad” y “Bienestar Psicológico”

**Tabla 4**

*Contrastación de hipótesis mediante la prueba de Rho Spearman*

| Rho Spearman | Bienestar Psicológico      |                  |     |
|--------------|----------------------------|------------------|-----|
|              | Coeficiente de correlación | Sig. (bilateral) | N   |
| Impulsividad | -.409                      | <.001            | 223 |

*Nota.* Elaboración propia a partir del análisis de correlación mediante el coeficiente Rho de Spearman aplicado a los datos recolectados en 2025.

La tabla 4 indica que el “p-valor” calculado es <.001 siendo menor a .05, por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna que determina la existencia de una asociación entre las variables “Impulsividad” y “Bienestar Psicológico”, siendo esta correlación inversa y de grado moderado ( $\rho = -.409$ ), lo que indica que a mayores niveles de impulsividad tienden a observarse menores niveles de bienestar psicológico en la muestra estudiada.

#### 1.9.2.2.2. Correlación entre la variable “Impulsividad” y las dimensiones de la variable “Bienestar psicológico”

En la tabla 5 se indican los resultados obtenidos para identificar la correlación de la variable “Impulsividad” con las dimensiones de la variable “Bienestar Psicológico”.

**Tabla 5***Correlación entre la Impulsividad y las dimensiones del Bienestar Psicológico*

| Rho Spearman           | Impulsividad               |                  |     |
|------------------------|----------------------------|------------------|-----|
|                        | Coeficiente de correlación | Sig. (bilateral) | N   |
| Control de situaciones | -.319                      | <.001            | 223 |
| Aceptación de sí mismo | -.318                      | <.001            | 223 |
| Vínculos psicosociales | -.218                      | <.001            | 223 |
| Proyecto de vida       | -.229                      | <.001            | 223 |

*Nota.* Elaboración propia a partir del análisis de correlación mediante el coeficiente Rho de Spearman entre la variable Impulsividad y las dimensiones del Bienestar Psicológico, con datos recolectados en 2025.

La tabla 5 muestra la existencia de correlaciones inversas y estadísticamente significativas entre la variable “Impulsividad” y las dimensiones que componen la variable “Bienestar Psicológico” ( $p < .001$ ). La correlación de mayor magnitud se presentó con la dimensión Control de situaciones ( $\rho = -.319$ ) y Aceptación de sí mismo ( $\rho = -.318$ ), evidenciándose que la impulsividad afecta principalmente la capacidad del adolescente para afrontar demandas del entorno y mantener una valoración positiva de sí mismo. En menor medida, también se relacionó con Proyecto de vida ( $\rho = -.229$ ) y Vínculos psicosociales ( $\rho = -.218$ ), lo que indica que actuar de manera impulsiva puede repercutir tanto en la orientación hacia metas personales como en la calidad de las relaciones interpersonales.

#### **Capítulo IV: Discusión de los Resultados.**

La presente investigación evidenció la existencia de una relación inversa y de magnitud moderada entre la impulsividad y el bienestar psicológico en los adolescentes evaluados, lo que indica que, a medida que aumenta la tendencia a actuar de manera precipitada y sin reflexión, disminuye el nivel de bienestar psicológico. Este hallazgo permite inferir que la impulsividad no solo constituye una característica conductual, sino un factor que puede interferir significativamente en el funcionamiento emocional, cognitivo y social del adolescente.

Desde una perspectiva teórica, este resultado puede comprenderse a partir del modelo de impulsividad de Barratt, el cual plantea que este constructo se manifiesta a través de respuestas inmediatas, escasa deliberación y limitada previsión de consecuencias, lo que afecta la capacidad de adaptación del individuo a su entorno (Rueda et al., 2016). En este sentido, la dificultad para inhibir respuestas automáticas podría generar decisiones poco funcionales que impactan negativamente en la percepción de bienestar. Complementariamente, la teoría sociocognitiva de Bandura sostiene que el comportamiento humano depende en gran medida de los procesos de autorregulación (Zhai et al., 2023); por lo tanto, cuando estos mecanismos son insuficientes, el adolescente presenta mayores dificultades para modular sus emociones y conductas, lo que repercute en una menor capacidad para afrontar las demandas del entorno de manera efectiva.

Asimismo, los resultados obtenidos guardan coherencia con investigaciones previas, como las de Pérez y Mayorga (2023) y Roque y Canaza (2022), quienes también identificaron relaciones inversas entre el bienestar psicológico y la impulsividad en población adolescente. Estos estudios coinciden en señalar que el bienestar psicológico actúa como un recurso protector que favorece una mayor regulación conductual. Por su parte, Mendoza y Rojas (2020) sostuvieron que la impulsividad se relaciona de manera inversa con el bienestar psicológico y

que esta relación puede estar mediada por otras variables, como la asertividad y la exposición a la violencia, lo cual evidencia que la impulsividad no actúa de forma aislada, sino en interacción con recursos personales y con el entorno social, los cuales pueden fortalecer o debilitar el bienestar.

En esta línea, los hallazgos también pueden explicarse considerando las características del contexto educativo en el que se desarrolló el estudio, así la investigación realizada por Castillo (2024) encontró mayores niveles de impulsividad en estudiantes de instituciones públicas respecto a privadas, sugiriendo que el contexto educativo influye en la expresión de conductas impulsivas, las cuales estarían asociadas a un menor apoyo académico y socioemocional, así como a limitadas oportunidades de acompañamiento psicológico, condiciones que dificultarían la autorregulación, favoreciendo las respuestas impulsivas y afectando a su vez la percepción de bienestar psicológico. En concordancia, Do et al. (2021) y Yang et al. (2023) evidencian que la impulsividad tiende a intensificarse en contextos caracterizados por eventos estresantes y dificultades interpersonales, lo que incrementa la vulnerabilidad emocional en la adolescencia.

Por otro lado, el predominio de niveles medios tanto en impulsividad como en bienestar psicológico indica que los adolescentes evaluados, si bien no presentan un deterioro extremo, aún no han consolidado plenamente este funcionamiento. Este resultado es consistente con la perspectiva del desarrollo, la cual sitúa a la adolescencia como una etapa de transición en la que coexisten la búsqueda de autonomía, la consolidación de la identidad y la necesidad de adaptación a múltiples demandas externas (Bustamante et al., 2022), por lo que es esperable que las características emocionales y conductuales se encuentren todavía en proceso de ajuste y fortalecimiento. Desde el modelo de Barratt, un nivel medio podría reflejar una disposición moderada hacia respuestas rápidas, aunque aún susceptible de regulación; mientras que, desde el enfoque de Casullo, un nivel medio sugiere que el adolescente mantiene recursos personales

y relacionales suficientes, aunque todavía en proceso de fortalecimiento. Esto resulta importante porque permite comprender que la población estudiada se encuentra en una condición de vulnerabilidad ante demandas externas, por tanto requiere ser abordada desde un enfoque preventivo.

En cuanto al análisis por dimensiones, se identificó que las áreas del bienestar psicológico más afectadas por la impulsividad fueron el control de situaciones y la aceptación de sí mismo. Esto sugiere que las conductas impulsivas no solo afectan la manera en que el adolescente responde ante las demandas externas, sino también la forma en que se percibe a sí mismo. Cuando la impulsividad aumenta, la capacidad percibida para enfrentar obstáculos, organizar demandas y tomar decisiones reflexivas puede verse disminuida, lo que repercute directamente en la sensación de dominio sobre el entorno; del mismo modo, una mayor impulsividad puede asociarse con autovaloraciones menos favorables, debido a que los errores cometidos por respuestas precipitadas pueden generar frustración, culpa o insatisfacción personal. Esta interpretación coincide con lo planteado por Casullo (2002), quien señala que el bienestar psicológico en la adolescencia implica sentirse competente para afrontar el entorno, valorarse positivamente y orientar la vida hacia metas que otorguen sentido y dirección; en consecuencia, cuando la impulsividad debilita alguno de estos recursos puede verse afectada la percepción global de bienestar.

Finalmente, aunque los hallazgos aportan evidencia relevante sobre la relación entre impulsividad y bienestar psicológico en adolescentes, estos deben interpretarse considerando que se trata de un estudio transversal y con una muestra específica de Lambayeque, por lo que no es posible establecer causalidad ni generalizar los resultados a otras poblaciones. No obstante, esta investigación aporta evidencia local relevante para comprender que el bienestar psicológico en la adolescencia está estrechamente vinculado con la capacidad de regular impulsos, construir metas y afrontar de manera reflexiva las demandas del entorno, lo cual se

constituye como una base útil para el diseño de estrategias psicoeducativas dirigidas al fortalecimiento de la autorregulación emocional, el control de impulsos, la resolución de problemas y la toma de decisiones en los adolescentes, así como al involucramiento de la familia y la escuela como agentes de apoyo. De este modo, no solo se potenciarían los recursos personales y emocionales de los estudiantes, sino que también se generarían condiciones contextuales favorables para prevenir conductas impulsivas y promover su bienestar psicológico.

## Conclusiones

Se determinó la existencia de una relación inversa y de magnitud moderada entre la impulsividad y el bienestar psicológico en los adolescentes de la institución educativa de Lambayeque ( $\rho = -.409$ ,  $p < .001$ ), lo que indica que, a mayores niveles de impulsividad, menores niveles de bienestar psicológico, afectando la capacidad de autorregulación y adaptación del adolescente.

Se identificó que el 78.5% de los adolescentes evaluados presenta un nivel medio de impulsividad, lo que sugiere una tendencia a respuestas precipitadas que aún pueden ser modificadas mediante intervenciones oportunas.

Se evidenció que el 48.4% de la muestra se ubica en un nivel medio de bienestar psicológico, lo que refleja un funcionamiento adecuado, aunque susceptible de fortalecimiento en esta etapa del desarrollo.

Se determinó la existencia de una relación inversa significativa entre la impulsividad y cada una de las dimensiones del bienestar psicológico, siendo las de mayor asociación el control de situaciones ( $\rho = -.319$ ) y la aceptación de sí mismo ( $\rho = -.318$ ), lo que indica que la impulsividad impacta principalmente en la capacidad de afrontar demandas del entorno y en la valoración personal.

### **Recomendaciones**

Se recomienda al director de la institución educativa promover un clima escolar seguro y ordenado, mediante el establecimiento de normas de convivencia claras, consistentes y participativas, con el propósito de fortalecer factores protectores frente a conductas desadaptativas y favorecer el bienestar psicológico de los estudiantes.

Se sugiere al profesional responsable del área de psicología implementar evaluaciones periódicas orientadas a la detección temprana de factores de riesgo, a fin de realizar derivaciones oportunas cuando corresponda. Asimismo, capacitar a los docentes sobre manejo de la impulsividad en el aula, estrategias de autorregulación emocional y aplicación de pausas activas, complementadas con el desarrollo de programas psicoeducativos orientados al fortalecimiento del proyecto de vida, la formulación de metas personales y el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes.

Se invita a los padres de familia a participar en programas formativos enfocados en la crianza positiva, establecimiento de límites claros y coherentes, y comunicación asertiva con sus hijos, de modo que puedan contribuir de manera más efectiva al acompañamiento emocional y conductual de los adolescentes.

Se sugiere a futuros investigadores ampliar el alcance de la presente línea de estudio hacia instituciones de contextos rurales y privados, a fin de realizar comparaciones entre poblaciones con características distintas. Asimismo, resulta pertinente desarrollar diseños longitudinales que permitan examinar la evolución de las variables en el tiempo, lo cual permitirá valorar con mayor precisión la efectividad de las intervenciones que se puedan implementar.

## Referencias

- Aguirre, L. (2020). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas del distrito del Rímac*, 2020. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47607/Aguirre\\_SLA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47607/Aguirre_SLA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Arias, J. y Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación* (1era ed.). Arequipa: Enfoques Consulting Eirl.  
[https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias\\_S2.pdf](https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf)
- Balarezo, A. y Sáenz, M. (2024). *Agresividad y bienestar psicológico de los estudiantes del nivel secundario de una institución educativa*, 2024. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/156123/Balarezo\\_NAI-Saenz\\_AMJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/156123/Balarezo_NAI-Saenz_AMJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Betancourt, S., Macías, K., Verdezoto, C., Carbo, C. y Verdezoto, M. (2025). Cambios cognitivos y emocionales en la adolescencia: una mirada desde la psicología evolutiva. *Polo del Conocimiento*, 10(8), 465-477.  
<https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/10157/26743>
- Bustamante, L., Luzuriaga, M., Rodríguez, P. y Espadero, R. (2022). Desarrollo psicológico del adolescente: una revisión sistemática. *ProSciences*, 6(42), 389-398.  
<https://journalprosciences.com/index.php/ps/article/view/498/551>
- Castillo, E. (2024). *Conductas impulsivas entre estudiantes del nivel secundario de instituciones públicas y privadas de Piura – 2024*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/154632/Castillo\\_NEP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/154632/Castillo_NEP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Casullo, M. y Castro, A. (2002). Patrones de personalidad, síndromes clínicos y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicopatología y Psicología Clínica*, 7(2), 129-140.

<https://www.aepcp.net/wp-content/uploads/2020/05/05.20022.Casullo-Castro.pdf>

Celma, J. (2015). *Bases teóricas y clínicas del comportamiento impulsivo*. Barcelona:

Ediciones San Juan de Dios. [https://bibliosjd.wordpress.com/wp-](https://bibliosjd.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/02/bases_teoricas_y_clinica_comportamiento_impulsivo.pdf)

[content/uploads/2015/02/bases\\_teoricas\\_y\\_clinica\\_comportamiento\\_impulsivo.pdf](https://bibliosjd.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/02/bases_teoricas_y_clinica_comportamiento_impulsivo.pdf)

Chacón, B. (2022). *Relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Norte* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Universidad Autónoma del Perú.

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2206/Chacon%20Choquehuanca%2c%20Bertha.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Chaves, E. y Rodríguez, L. (2017). Aprendizaje autorregulado en la teoría sociocognitiva: marco conceptual y posibles líneas de investigación. *Ensayos Pedagógicos*, 7(2), 47-71. <https://share.google/mrhXIgihTnZ79dBmr>

Chumacero, M., y Ríos, S. (2024). *Evidencia de validez y confiabilidad de la escala de impulsividad de Barratt-11 en estudiantes de secundaria de Chiclayo* [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Universidad Señor de Sipán.

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/13580/Chumacero%20Gambo%20Maria%20%26%20Rios%20Zapatel%20Sofia.pdf?sequence=12&isAllowed=y>

- Cortez, M. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo en adolescentes de Trujillo. *Ciencia y Tecnología*, 12(4), 101-112.  
<https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/1518/1523>
- Do, S. et al. (2021). Associations Between Psychosocial Well-Being, Stressful Life Events and Emotion-Driven Impulsiveness in European Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(21), 1106–1117. [https://research-api.cbs.dk/ws/portalfiles/portal/93539080/stefanie\\_do\\_et\\_al\\_associations\\_between\\_psychosocial\\_well\\_being\\_publishersversion.pdf](https://research-api.cbs.dk/ws/portalfiles/portal/93539080/stefanie_do_et_al_associations_between_psychosocial_well_being_publishersversion.pdf)
- Fernández B., y Pérez, A. (2003). Impulsividad: revisión histórica y conceptual. *Revisiones*, 31(4), 220-230.
- Flores, G. (2018). *Adaptación de la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS-11) en adolescentes de instituciones educativas de San Juan de Lurigancho* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/30222/FLORES\\_QG.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/30222/FLORES_QG.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Fosco, G. et al. (2025). Intraindividual Variability in Adolescent Impulsivity: The Predictive Role of Family and Peer Relationships. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 53.1367–1380. [https://link.springer.com/article/10.1007/s10802-025-01340-y?utm\\_source=](https://link.springer.com/article/10.1007/s10802-025-01340-y?utm_source=)
- García, C. y Gonzáles, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592.  
<http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v16n6/mgi10600.pdf>
- Gaxiola, J. y Palomar, J. (2016). Bienestar psicológico: Una mirada desde Latinoamérica. Sonora: Qartuppi. <https://qartuppi.com/2016/BIENESTAR.pdf>

- Gil, P., Cavalcante, A., Paramio, A., Zayas, A. y Guil, R. (2017). Impulsividad y búsqueda de sensaciones: Implicaciones de intervención en jóvenes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 393-404, <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349853220040.pdf>
- Golzar, J., Tajik, O. y Noor, S. (2022). Convenience Sampling. *IJELS*, 1(2), 72-77. [https://www.researchgate.net/publication/366390016\\_Convenience\\_Sampling](https://www.researchgate.net/publication/366390016_Convenience_Sampling)
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2023). *Metodología de la investigación* (2a ed.). McGraw Hill
- Humareda, M. (2022). *Agresividad premeditada e impulsiva y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Sur* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2355/Humareda%20Pariona%20c%20Maria%20Elena.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Johnson, J. (2022). *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Chiclayo*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV\\_2d2d711b91ff04eabf999d28cd8980a9/Description#tabnav](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_2d2d711b91ff04eabf999d28cd8980a9/Description#tabnav)
- Martínez, B. (2025). *Carol Ryff y su Teoría del Bienestar Psicológico*. Instituto Europeo de Psicología Positiva. <https://www.iepp.es/carol-ryff-y-su-teoria-del-bienestar-psicologico/>
- Mayorga, L. (2022). *Manual de la metodología de la investigación*. Cusco: Yachay
- Mendoza, C. y Rojas, M. (2020). *Exposición a la violencia, impulsividad, asertividad y bienestar psicológico en adolescentes de Instituciones Educativas de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/52677/Mendoza\\_VCF-Rojas\\_VMS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/52677/Mendoza_VCF-Rojas_VMS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Organización Mundial de la Salud. (2025). *Adolescent mental health*. OMS.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Pérez, J. y Mayorga, P. (2022). Bienestar psicológico y su relación con la impulsividad e ideación suicida en adolescentes. *UNEMI*, 7(12), 88-99.

<https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1616/1566>

Piñas, M. (2021). *Impulsividad y autoestima en adolescentes de una institución educativa de Huantashiri, Junín Perú -2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo].

Repositorio UCV.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/94797/Pi%c3%b1as\\_SMY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/94797/Pi%c3%b1as_SMY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Rivasplata, Y. y Clemente, M. (2024). *Autolesión e impulsividad en adolescentes de una institución educativa privada, Lima – 2023*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de los Andes]. Repositorio UPLA.

[https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/7937/T037\\_16783516-25538680\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/7937/T037_16783516-25538680_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Roque, A. y Canaza, V. (2022). *Bienestar psicológico e impulsividad en adolescentes escolarizados de un Centro educativo nivel secundario el Cruce – Arequipa*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/77986/Canaza\\_AV\\_Roque\\_IAR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/77986/Canaza_AV_Roque_IAR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Rossi, D. (2025). *Desde la perspectiva de la inteligencia emocional y la psicología positiva ¿Cómo controlar la impulsividad?*. Instituto Europeo de Psicología Positiva.

<https://www.iepp.es/desde-la-perspectiva-de-la-inteligencia-emocional-y-la-psicologia-positiva-como-controlar-la-impulsividad/>

Rozas, V. y Enciso, E. (2025). Bienestar psicológico: una revisión teórica. *Investigación en Salud*, 8(22), 250 – 265. <http://www.scielo.org.bo/pdf/vrs/v8n22/2664-3243-vrs-8-22-250.pdf>

Rueda, F., Pinto, P. y Ávila, A. (2016). Impulsividad y facetas de la personalidad: relación entre instrumentos de medida. *Ciencias Psicológicas*, 10(1), 7-16. <https://www.redalyc.org/pdf/4595/459545834002.pdf>

Ruiz, W. y Yabut, H. (2024). Autonomy and identity: the role of two developmental tasks on adolescent's wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 15(1). <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1309690/full>

Sánchez, I. (2024). *Madurez y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa, Chiclayo 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio USAT

Steinberg, L. (2017). *Adolescence*. (12a ed.). New York: McGraw-Hill.

Vásquez, A., Guanuchi, L., Cahuana, R., Vera, R. y Holgado, J. (2023). *Métodos de investigación científica*. INUDI. <https://editorial.inudi.edu.pe/index.php/editorialinudi/catalog/download/105/148/173?inline=1>

Verástegui, A. (2023). *Adicción a redes sociales e impulsividad en adolescentes de secundaria de la ciudad de Chiclayo* [Tesis de licenciatura, Universidad Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio USAT. [https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/6510/1/TL\\_VerasteguiAlvaAlejandro.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/6510/1/TL_VerasteguiAlvaAlejandro.pdf)

Yahuana, R. (2021). *Funcionalidad familiar e impulsividad Como predictores del sexting en Adolescentes de dos instituciones Educativas de la ciudad de Chiclayo, 2022*. [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Universidad Señor de Sipán.

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/11430/Yahuana%20Cueva%20Rosa%20Maria.pdf?sequence=12&isAllowed=y>

Yang, Y. et al. (2023). Effects of Impulsivity and Interpersonal Problems on Adolescent Depression: A Cross-Lagged Study. *Behavioral Sciences*, 14(1).

<https://www.mdpi.com/2076-328X/14/1/52>

Zhai, S., Hash, J., Ward, T. y Yuwen, W. (2023). Analysis, evaluation, and reformulation of social cognitive theory: Toward parent–child shared management in sleep health. *Journal of Pediatric Nursing*, 73, 65-74.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11800834/>

Zhang, W., et al. (2021). *Impulsivity and aggressive behavior among adolescents in Shanghai, China: A cross-sectional study*. *Frontiers in Psychology*, 12.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34266836/>

## Anexos

### Anexo A. Escalas empleadas

#### Figura A1

#### Escala de Impulsividad, BIS-11

##### ESCALA DE IMPULSIVIDAD (BIS -11) Adaptación de Chumacero y Rios (2024)

Grado y sección: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Cada persona piensa y actúa de manera diferente en distintas situaciones. Esta prueba sirve para conocer un poco cómo sueles actuar y pensar. No te detengas mucho en cada frase; responde de forma rápida y honesta.

| Nº | Ítems                                                                                                | Raramente<br>o Nunca | Ocasionalmente | A menudo | Casi siempre<br>o siempre |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------------|
| 1  | Planifico mis tareas con cuidado                                                                     |                      |                |          |                           |
| 2  | Hago las cosas sin pensarlas                                                                         |                      |                |          |                           |
| 3  | No me perturbo con facilidad                                                                         |                      |                |          |                           |
| 4  | Tengo pensamientos que van muy rápido en mi mente                                                    |                      |                |          |                           |
| 5  | Planifico mis viajes con antelación                                                                  |                      |                |          |                           |
| 6  | Soy una persona con autocontrol                                                                      |                      |                |          |                           |
| 7  | Me concentro con facilidad                                                                           |                      |                |          |                           |
| 8  | Ahorro con regularidad                                                                               |                      |                |          |                           |
| 9  | Se me hace difícil estar quieto/a durante largos periodos de tiempo por eso me muevo con rapidez     |                      |                |          |                           |
| 10 | Pienso las cosas cuidadosamente                                                                      |                      |                |          |                           |
| 11 | Planifico para realizar mis actividades (tareas escolares, tareas domésticas, hobbies, etc.)         |                      |                |          |                           |
| 12 | Digo las cosas sin pensarlas                                                                         |                      |                |          |                           |
| 13 | Me gusta pensar sobre problemas complicados                                                          |                      |                |          |                           |
| 14 | Cambio de tareas o actividades constantemente (no hay un tiempo fijo para realización de cada tarea) |                      |                |          |                           |
| 15 | Actúo impulsivamente                                                                                 |                      |                |          |                           |

|    |                                                                                                             |  |  |  |  |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 16 | Me aburre pensar en algo por demasiado tiempo                                                               |  |  |  |  |
| 17 | Visito al médico y al dentista con regularidad                                                              |  |  |  |  |
| 18 | Hago las cosas en el momento en que se me ocurren                                                           |  |  |  |  |
| 19 | Puedo enfocar mi mente en una sola cosa por mucho tiempo                                                    |  |  |  |  |
| 20 | Cambio de vivienda a menudo (me mudo con frecuencia o no me gusta vivir en el mismo sitio por mucho tiempo) |  |  |  |  |
| 21 | Compro cosas compulsivamente                                                                                |  |  |  |  |
| 22 | Termino lo que empiezo                                                                                      |  |  |  |  |
| 23 | Resuelvo los problemas experimentando (empleando una posible solución y viendo si funciona)                 |  |  |  |  |
| 24 | Gasto en efectivo o crédito más de lo que gano                                                              |  |  |  |  |
| 25 | Hablo rápido                                                                                                |  |  |  |  |
| 26 | A veces tengo pensamientos extraños o irrelevantes cuando estoy pensando                                    |  |  |  |  |
| 27 | Me interesa más el presente que el futuro                                                                   |  |  |  |  |
| 28 | Me siento inquieto/a si tengo que oír hablar a alguien durante un periodo largo de tiempo                   |  |  |  |  |
| 29 | Planifico el futuro                                                                                         |  |  |  |  |

Muchas gracias por tu participación

*Nota.* Escala de Impulsividad (BIS-11) adaptada de Ernest S. Barratt; versión adaptada al contexto de Chiclayo por Chumacero y Ríos en 2024.

**Figura A2***Escala de Bienestar Psicológico, BIEPS-J*

**ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (BIEPS-J)**  
**Adaptación de Cortez (2016)**

**Grado y sección:** \_\_\_\_\_ **Edad:** \_\_\_\_\_ **Sexo:** \_\_\_\_

**Instrucciones:** Lee con detenimiento cada una de las frases y marca el casillero con el que te sientas más identificado. Procura responder de forma sincera recordando que no hay respuestas correctas o incorrectas.

| Nº | Ítems                                                             | En desacuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | De acuerdo |
|----|-------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------|------------|
| 1  | Creo que me hago cargo de lo que digo o hago                      |               |                                |            |
| 2  | Tengo amigos/as en quienes confiar.                               |               |                                |            |
| 3  | Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida                       |               |                                |            |
| 4  | En general estoy conforme con el cuerpo que tengo                 |               |                                |            |
| 5  | Si algo me sale mal puedo aceptarlo o admitirlo                   |               |                                |            |
| 6  | Me importa pensar que haré en el futuro                           |               |                                |            |
| 7  | Generalmente le caigo bien a la gente                             |               |                                |            |
| 8  | Cuento con personas que me ayudan si lo necesito                  |               |                                |            |
| 9  | Estoy bastante conforme con mi forma de ser                       |               |                                |            |
| 10 | Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo |               |                                |            |
| 11 | Creo que en general me llevo bien con la gente                    |               |                                |            |
| 12 | Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida       |               |                                |            |
| 13 | Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar              |               |                                |            |

Muchas gracias por tu participación

*Nota.* Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J) adaptada de María Casullo; versión adaptada al contexto de Trujillo por Cortez en 2016.

*Anexo B. Ficha Técnica de los Instrumentos*

**Tabla 6**

*Ficha técnica del instrumento BIS-11*

| <b>Ficha Técnica</b>                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre:</b> Escala de Impulsividad (BIS-11)                                       |
| <b>Autor:</b> Ernest S. Barratt                                                      |
| <b>Adaptación a Chiclayo:</b> Chumacero y Rios (2025)                                |
| <b>Tipo de prueba:</b> Psicométrica                                                  |
| <b>Administración:</b> Individual o colectiva                                        |
| <b>Tiempo:</b> 10 a 25 minutos                                                       |
| <b>Población:</b> Adolescentes y adultos                                             |
| <b>Objetivo:</b> Evaluar la impulsividad como constructo de personalidad y conducta. |
| <b>Material:</b> Cuestionario                                                        |
| <i>Nota.</i> Instrumento adaptado al contexto de la presente investigación.          |

**Tabla 7**

*Ficha técnica del instrumento BIEPS-J*

| <b>Ficha Técnica</b>                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre:</b> Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes (BIEPS-J)                      |
| <b>Autor:</b> María Casullo                                                                |
| <b>Adaptación a Trujillo:</b> Cortez (2016)                                                |
| <b>Tipo de prueba:</b> Psicométrica                                                        |
| <b>Administración:</b> Individual o colectiva                                              |
| <b>Tiempo:</b> 10 minutos                                                                  |
| <b>Población:</b> De 13 a 17 años                                                          |
| <b>Objetivo:</b> Evaluar la percepción subjetiva del bienestar psicológico en adolescentes |
| <b>Material:</b> Cuestionario                                                              |
| <i>Nota.</i> Instrumento adaptado al contexto de la presente investigación.                |

*Anexo C. Confiabilidad de los Instrumentos*

**Tabla 8**

*Confiabilidad del instrumento BIS-11 (prueba piloto)*

| Alfa de Cronbach | Nº de elementos | Nº de sujetos |
|------------------|-----------------|---------------|
| 0.700            | 29              | 30            |

*Nota.* Valores  $\geq .70$  indican adecuada consistencia interna.

**Tabla 9**

*Confiabilidad del instrumento BIEPS-J (prueba piloto)*

| Alfa de Cronbach | Nº de elementos | Nº de sujetos |
|------------------|-----------------|---------------|
| 0.819            | 13              | 30            |

*Nota.* Valores  $\geq .70$  indican adecuada consistencia interna.

*Anexo D. Resultados del Análisis Estadístico en JAMOV*

**Figura D1**

*Prueba de normalidad de las variables*

| Supuestos                                             |                    |           |        |
|-------------------------------------------------------|--------------------|-----------|--------|
| Tests of Normality                                    |                    |           |        |
|                                                       |                    | statistic | p      |
| Total_impulsividad                                    | Shapiro-Wilk       | 0.990     | 0.112  |
|                                                       | Kolmogorov-Smirnov | 0.0434    | 0.795  |
|                                                       | Anderson-Darling   | 0.489     | 0.220  |
| Total_bienestar                                       | Shapiro-Wilk       | 0.970     | < .001 |
|                                                       | Kolmogorov-Smirnov | 0.0948    | 0.036  |
|                                                       | Anderson-Darling   | 2.042     | < .001 |
| <i>Nota.</i> Additional results provided by moretests |                    |           |        |

*Nota.* Resultados obtenidos mediante el software Jamovi.

**Figura D2***Matriz de correlación de Spearman*

| Matriz de Correlaciones |                 |                    |                 |
|-------------------------|-----------------|--------------------|-----------------|
| Matriz de Correlaciones |                 |                    |                 |
|                         |                 | Total_impulsividad | Total_bienestar |
| Total_impulsividad      | Rho de Spearman | —                  |                 |
|                         | gl              | —                  |                 |
|                         | valor p         | —                  |                 |
| Total_bienestar         | Rho de Spearman | −0.409             | —               |
|                         | gl              | 221                | —               |
|                         | valor p         | < .001             | —               |

*Nota.* Resultados obtenidos mediante el software Jamovi.