

Universidad Católica de Santa María
Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades
Escuela Profesional de Psicología



**Bienestar psicológico, agotamiento emocional y cyberbullying en
estudiantes de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de
Arequipa.**

Tesis presentada por los Bachilleres:

Delgado Gutierrez, Patricio Angel

ORCID: 0000-0002-7779-2187

Tala Orrillo, Sebastian Javier

ORCID: 0009-0005-5681-6791

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Asesor (a):

Mg. Puma Huacac, Roger Freddy

ORCID: 0000-0002-5439-1700

Arequipa – Perú

2025

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

PSICOLOGIA

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 03 de Julio del 2025

Dictamen: 010030-C-EPSIC-2025

Visto el borrador del expediente 010030, presentado por:

2017243301 - DELGADO GUTIERREZ PATRICIO ANGEL

2017101311 - TALA ORRILLO SEBASTIAN JAVIER

Titulado:

**BIENESTAR PSICOLÓGICO, AGOTAMIENTO EMOCIONAL Y CIBERBULLYING EN ESTUDIANTES
DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA ESCUELA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE AREQUIPA.**

Nuestro dictamen es:

APROBADO

Título Profesional/Título de Segunda Especialidad/Grado Académico a optar:

LICENCIADO (A) EN PSICOLOGÍA

**29238564 - ZEVALLOS CORNEJO ASUNTA VILMA
DICTAMINADOR**



**42957579 - RAMOS VARGAS LUIS FERNANDO
DICTAMINADOR**



**F0000015 - NUEZ TRUJILLO AARON
DICTAMINADOR**



Bienestar psicológico, agotamiento emocional y ciberbullying en estudiantes de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de Arequipa.

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%	21%	7%	9%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
2	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	3%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	www.coursehero.com Fuente de Internet	1%
5	docplayer.es Fuente de Internet	1%
6	repositorio.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	revistas.uap.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	dspace.palermo.edu Fuente de Internet	<1%
9	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	<1%
10	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%

Dedicatoria

En primer lugar, a mi familia por todo el apoyo en este proceso, estoy eternamente agradecido por la forma en cómo acompañaron mis pasos en búsqueda de mis objetivos personales y profesionales.

En segundo lugar, a todas aquellas personas que vivieron conmigo en esta bella etapa universitaria, aprendí mucho de ustedes, por lo cual estoy infinitamente agradecido.

En tercer lugar, a Sebastián al cual solo me queda agradecerle por todo el esfuerzo y dedicación en este camino y gracias por compartir un poco más de ti conmigo.

Por último, me gustaría agradecer a esa persona que confió en sí mismo, que nunca dejó de lado sus ideales y creencias, que lucha por cumplir cada día nuevos objetivos, que disfruta esa búsqueda para ser un mejor ser humano.

Delgado Gutiérrez, Patricio Angel

Este trabajo se lo dedico, en primer lugar, a mi familia, en especial a mis padres, quienes, con su sacrificio, apoyo incondicional y confianza en mis capacidades, han sido el pilar fundamental de mi desarrollo profesional. Agradezco también a mi hermana Nicole que con su amor, apoyo y comprensión ha sido fundamental para alcanzar este logro, así mismo a la universidad que me brindó las herramientas necesarias para cumplir con este propósito.

Finalmente, dedico este esfuerzo a todos los que me han impulsado a superar mis propios límites y me han inspirado a aportar con responsabilidad y compromiso al desarrollo de mi profesión.

Tala Orrillo, Sebastián Javier

Agradecimientos

En primer lugar, deseamos expresar nuestro más sincero agradecimiento al Mg. Roger Freddy Puma Huacac, asesor de esta tesis, por su constante guía, paciencia y profesionalismo, los cuales fueron fundamentales para el desarrollo de este trabajo. Sus valiosas contribuciones y orientación representaron un pilar esencial en la culminación de este proyecto académico.

Asimismo, queremos expresar nuestra gratitud a la Universidad Católica de Santa María, nuestra alma máter, por habernos brindado las herramientas necesarias para formarnos no solo como profesionales, sino también como seres humanos comprometidos con la sociedad.

Extendemos nuestro agradecimiento a nuestras familias, quienes han sido nuestro principal apoyo a lo largo de este camino. A nuestros padres, por su amor incondicional, sacrificio y confianza, que nos motivaron a alcanzar esta meta, y a nuestros amigos y compañeros, por su constante respaldo y palabras de aliento durante los momentos más difíciles.

Finalmente, agradecemos a todas las personas que, de manera directa o indirecta, contribuyeron con su apoyo, conocimientos y confianza en nosotros, haciendo posible la realización de este trabajo. Este logro es fruto del esfuerzo compartido y del compromiso de todos quienes creyeron en nosotros.

Resumen

El objetivo general de la investigación fue determinar cómo se relaciona el bienestar psicológico, agotamiento emocional y el ciberbullying en estudiantes de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de Arequipa. Para el marco metodológico se utilizó un enfoque cuantitativo, tipo básico, nivel correlacional, diseño no experimental de corte transversal. La muestra fue compuesta por 275 estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Arequipa. Para la etapa de recolección de datos, se utilizó el instrumento de ciberbullying escolar (ICIB); de igual modo, se usó el cuestionario de bienestar psicológico (BIEPS-J) y por último se aplicó el cuestionario de agotamiento emocional. Los resultados mostraron una correlación negativa muy fuerte de -0.997 , indicando que, en los estudiantes, a mayor bienestar psicológico, menor agotamiento emocional. Asimismo, se halló una correlación negativa de -0.994 , lo que señala que, a mayor bienestar menor ciberbullying. Por otro lado, una correlación positiva de 0.997 mostró que, en los estudiantes, a mayor ciberbullying, mayor agotamiento emocional, el 70% de los estudiantes presenta bienestar psicológico bajo, reflejando dificultades emocionales significativas; el 28% alcanza un nivel medio, con capacidades moderadas, y solo el 1% reporta un nivel alto. En agotamiento emocional, el 36% de los estudiantes reporta niveles bajos, el 43% medios y el 21% altos. En ciberbullying, el 89% de los estudiantes presenta niveles bajos, el 11% medios y no se registraron casos en niveles altos.

Palabras clave. Ciberbullying, bienestar psicológico, agotamiento emocional

Abstract

The general objective of the research was to determine how psychological well-being, emotional exhaustion and cyberbullying are related in secondary level students of a public school in the city of Arequipa. For the methodological framework, a quantitative approach, basic type, was used, correlational level, non-experimental cross-sectional design. The sample was made up of 275 students from an educational institution in the city of Arequipa. For the data collection stage, the school cyberbullying instrument (ICIB) was used; Likewise, the psychological well-being questionnaire (BIEPS-J) was used and finally the emotional exhaustion questionnaire was applied. The results showed a very strong negative correlation of -0.997, indicating that in the students, the greater the psychological well-being, the less emotional exhaustion. Likewise, a negative correlation of -0.994 was found, where in students, greater well-being reduced cyberbullying. On the other hand, a positive correlation of 0.997 showed that, in students, the greater the cyberbullying, the greater the emotional exhaustion. The 70% of students present low psychological well-being, reflecting significant emotional difficulties; 28% reach a medium level, with moderate abilities, and only 1% report a high level. In emotional exhaustion, 36% of students report low levels, 43% medium and 21% high. In cyberbullying, 89% of students have low levels, 11% have medium levels, and no cases were recorded at high levels.

Keywords: Cyberbullying, psychological well-being, emotional exhaustion

Índice

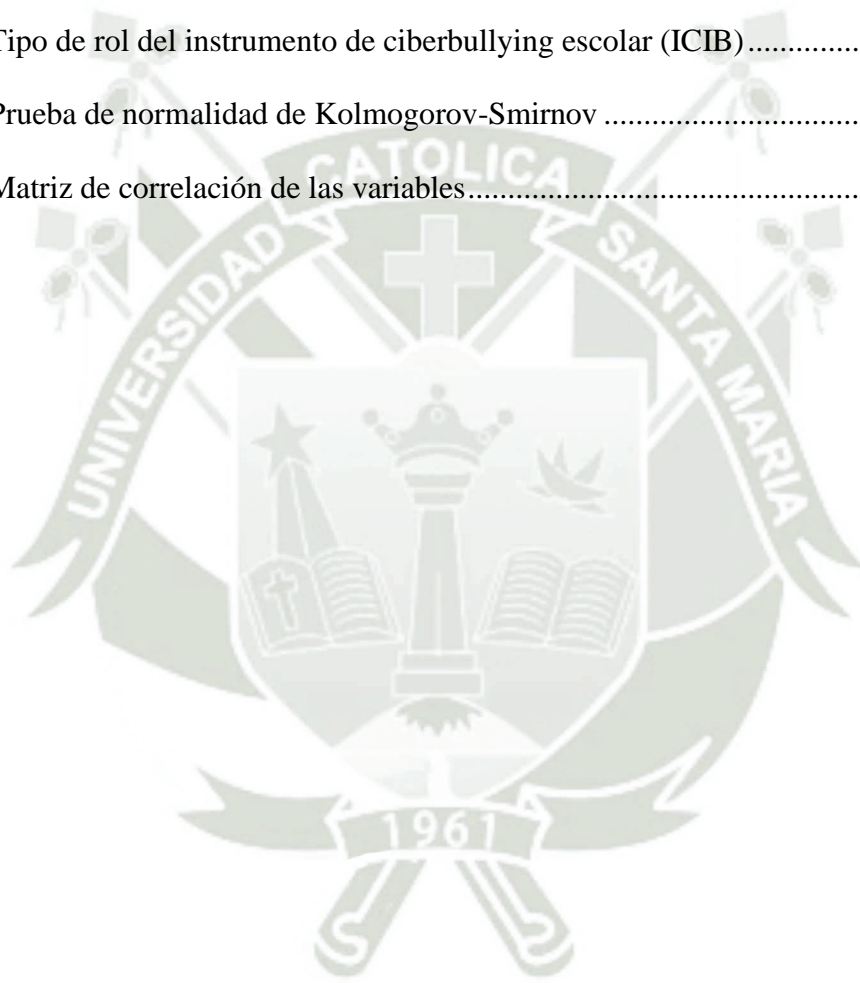
<i>Dedicatoria</i>	
<i>Agradecimientos</i>	
Resumen	
Abstract	
Introducción	1
CAPÍTULO I. Problema y marco teórico... ..	4
Pregunta de investigación.....	4
Variables	4
Definición operacional de las variables	4
<i>Variable 1: Cyberbullying</i>	4
<i>Variable 2: Bienestar psicológico</i>	5
<i>Variable 3: Agotamiento emocional</i>	5
Objetivos	6
<i>Objetivo General</i>	6
<i>Objetivos Específicos</i>	6
Antecedentes Teórico-Investigativos	6
Hipótesis.....	31
CAPÍTULO II. MÉTODO	32
Método	32
Técnica e Instrumentos.....	32
<i>Técnica</i>	32
<i>Instrumento</i>	32
Participantes	36
<i>Población</i>	36
<i>Muestra y muestreo</i>	36
Procedimiento.....	37

Consideraciones éticas	38
Análisis de Datos.....	38
CAPÍTULO III. RESULTADOS	40
Resultados	40
Discusión.....	47
Conclusiones	53
Sugerencias.....	54
Limitaciones	55
Referencias.....	56
Anexos	70



Índice De Tablas

Tabla 1 Características sociodemograficas de los participantes.....	35
Tabla 2 Nivel del bienestar psicológico	40
Tabla 3 Nivel del agotamiento emocional.....	40
Tabla 4 Nivel de cyberbullying escolar	41
Tabla 5 Tipo de rol del instrumento de cyberbullying escolar (ICIB).....	42
Tabla 6 Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov	43
Tabla 7 Matriz de correlación de las variables.....	44



Introducción

El ciberbullying durante las dos últimas décadas ha adquirido mucha importancia debido al apogeo de la virtualidad y uso de medios de comunicación digitales su incidencia también ha incrementado; además, por las consecuencias que trae consigo este tipo de acoso digital o virtual; en una revisión sobre la prevalencia de ciberbullying y bullying se encontró una prevalencia significativa de bullying ocasional/frecuente (víctimas 4.6% - 50%; agresores 4% - 34.9%) y de ciberbullying ocasional/frecuente (cibervíctimas 3.5% -17.5%; ciberagresores 2.5% - 58%) de este grupo la mayor parte de implicados son varones; a su vez, el acoso físico, psicológico y verbal son los tipos más típicos, el ciberacoso sigue siendo un problema en la adolescencia tardía y la juventud, a pesar de que el acoso presencial, especialmente la violencia física, disminuye con la edad (Mollo et al., 2018).

El ciberbullying es una extensión del bullying tradicional al ámbito digital, utilizando dispositivos electrónicos, plataformas virtuales y medios digitales. Afecta a estudiantes de todos los niveles académicos y edades, amplificando el acoso escolar mediante tecnologías (Delgado et al., 2021). Además, el ciberbullying “se refiere a cualquier acción que transmite repetidamente mensajes hostiles o agresivos a través de Internet por parte de individuos o grupos para causar intencionalmente daño o malestar a otros” (Zhao et al., 2023, p. 1). Del mismo modo, Geng et al. (2022) opina que el ciberbullying es considerado el daño repetido e intencional a una persona de un contexto cercano al propio a través de las TIC o tecnologías de la información y comunicación. De este modo, el ciberbullying es parte del desarrollo de los estudiantes en el ámbito académico y personal porque las consecuencias que trae consigo conforman una parte de la experiencia de vida de los estudiantes.

Ahora bien, las consecuencias que provoca el ciberbullying pueden desestabilizar el rumbo de una escolaridad adecuada donde el aprendizaje, la formación personal y la salud

mental se vean afectadas, respecto a esta última, desde hace unos años está adquiriendo mayor importancia para muchos grupos de personas especialmente para los adolescentes escolares y universitarios; además cabe resaltar que “el bienestar psicológico y mental se ha convertido en un tema de preocupación en todo el mundo tras el golpe de la pandemia de COVID-19” (Luthra et al., 2023, p. 2). Otra consecuencia que puede generar el ciberbullying es desarrollar agotamiento emocional el cual se expone en los estudiantes a través de una serie de manifestaciones psicológicas negativas como: ansiedad, fatiga, depresión, frustración, baja autoestima, entre otros; en los estudiantes además, debido a la falta de interés o presión excesiva en sus estudios, lo que los lleva a actitudes y comportamientos negativos exponiendo que los estudiantes están padeciendo aburrimiento académico, se sienten cansados de estudiar. Cabe resaltar que la presión del aprendizaje a largo plazo sobre los estudiantes genera que comienzan a retraerse o no quieren participar en el proceso de aprendizaje, lo que finalmente conduce al agotamiento físico y mental, la ineficiencia académica, rendimiento académico insatisfactorio y a una mala salud mental (Wang et al., 2021).

Teniendo en cuenta un estudio reciente realizado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en la cual evaluaron a 227,441 estudiantes de 11, 13 y 15 años de 45 países, obteniendo como resultado que el 10% y el 6% de los estudiantes, respectivamente, reportaron haber sufrido o perpetrado acoso al menos dos o tres veces en los dos últimos meses desde la evaluación (Molina et al., 2022). Ahora bien, con esta información es importante intensificar el estudio de la variable ciberbullying y aquellas variables que estén relacionadas a esta, como el bienestar psicológico y agotamiento emocional, aquellas que en los últimos años a raíz de la pandemia y la educación virtual han cobrado mayor importancia en la psicología educativa y social.

Cabe resaltar que el instrumento propuesto por Lara (2014) evalúa principalmente el cansancio emocional percibido por los estudiantes; sin embargo, se optó por definir la

variable como agotamiento emocional debido a que este término representa de forma más integral y profunda el fenómeno que se busca analizar. El agotamiento emocional no solo implica cansancio, sino también una sensación persistente de fatiga psicológica, desmotivación y dificultad para afrontar las exigencias escolares y personales. Además, el concepto de agotamiento emocional ha sido ampliamente reconocido en la literatura científica y psicológica como una dimensión clave del malestar psicológico en contextos educativos, lo que justifica su uso como variable principal a pesar de que la escala se enfoque en una manifestación específica de este fenómeno.

Por tanto, el conocimiento científico sobre estas variables incrementará fomentando la sensibilización y concientización del estudio e intervención psicoeducativa en relación a estas variables favoreciendo de este modo el desarrollo personal, académico y social de los estudiantes escolares.

Capítulo I. Problema Y Marco Teórico

Pregunta De Investigación

¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico, agotamiento emocional y el ciberbullying en estudiantes de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de Arequipa?

Variables

Definición Operacional De Las Variables

Variable 1: Cyberbullying

López y Müller (2020) señalan que, el ciberbullying consiste en el uso de herramientas informáticas para causar daño de manera continua a un niño o niña, a través de acciones como burlas, agresiones, insultos o la difusión de rumores malintencionados sobre la víctima. En este tipo de acoso, el agresor aprovecha el anonimato que ofrecen las redes sociales mediante perfiles falsos, lo que dificulta su identificación y deja a la víctima en una situación de gran vulnerabilidad. Además, una característica distintiva del ciberbullying es la rapidez con la que el daño se propaga, gracias al alcance masivo de las plataformas digitales.

La variable fue medida a través del instrumento de Cyberbullying Escolar (ICIB), desarrollado por Baquero y Avendaño (2015), está estructurado en tres dimensiones, los cuales corresponden a los roles del ciberbullying: víctima, agresor y espectador. Los primeros seis ítems hacen referencia a conductas típicas de un agresor respecto a la utilización de las redes sociales para molestar, intimidar, amenazar, ridiculizar e incomodar a los demás mediante comunicaciones hostiles o publicación de materiales ofensivos; los siguientes siete ítems están relacionado con percepciones acerca de la experiencia de quienes han sido agredidos a través de redes sociales, lo cual permite identificar a las posibles víctimas de este tipo de acoso escolar; los cinco ítems restantes corresponden a

conductas típicas de los espectadores al actuar en forma pasiva involucrándose de algún modo. En relación a los niveles el evaluado pertenecerá a un rol si es que responde a uno o más ítems en nivel “Frecuentemente” o “Muy frecuentemente”:

Variable 2: Bienestar Psicológico

El bienestar psicológico es una percepción personal que se desarrolla a través de una variedad de experiencias positivas o negativas, incluida la calidad de las relaciones y la disponibilidad de fuentes de apoyo. En este contexto, el afrontamiento es un proceso multidimensional complejo que reviste gran importancia hoy en día, pues se define como esfuerzos cognitivos y conductuales que se reflejan en una conducta manifiesta o característica (Narváez et al., 2021).

El instrumento Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J), propuesto por Casullo y Solano (2000) y adaptado por Luna et al. (2020), está estructurado en 4 dimensiones que consta de 13 ítems. La dimensión control de situaciones; vínculos psicosociales; proyectos; y aceptación de sí. El instrumento emplea una escala ordinal de 3 alternativas: de acuerdo, ni de acuerdo ni en desacuerdo, en desacuerdo, las cuales otorgan un puntaje desde 1 a 3 respectivamente, lo cual nos indica la posibilidad de un puntaje mínimo de 13 puntos y un máximo de 39 puntos; respecto a niveles el instrumento presenta tres niveles: Bajo puntajes menores a 33; promedio puntajes desde 34 hasta 36 y alto puntajes desde 37 hasta 39.

Variable 3: Agotamiento Emocional

El agotamiento emocional es considerado un desborde del sistema psicológico y físico, debido a que las demandas académicas son superiores a las herramientas que se tienen para responder ante ellas, o a la incapacidad del organismo para recuperar y generar energía para afrontar dichas demandas, produciendo en los estudiantes sentimientos de insatisfacción y emociones negativas. (González et al., 2023).

La variable fue medida por instrumento, se utilizó la Escala de Agotamiento Emocional de Lara (2014), presenta sólo una dimensión que constaba de 10 ítems en escala ordinal, con opciones de respuesta que iban desde raras veces, pocas veces, algunas veces, con frecuencia, siempre y puntuaciones directas de 1 a 5 respectivamente. En relación a los niveles se considera al evaluado en un nivel bajo si su puntuación directa esta entre 10 a 33 puntos; nivel medio desde 34 a 40 puntos y un nivel alto puntuaciones desde 41 a 50.

Objetivos

Objetivo General

Determinar cómo se relaciona el bienestar psicológico, agotamiento emocional y el ciberbullying en estudiantes de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de Arequipa.

Objetivos Específicos

Describir los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de Arequipa.

Describir los niveles de agotamiento emocional en estudiantes de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de Arequipa.

Describir los niveles de ciberbullying en estudiantes de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de Arequipa.

Antecedentes Teórico-Investigativos

Origen Del Ciberbullying

El ciberbullying es definido como la intimidación o el hostigamiento constante a través de dispositivos tecnológicos, caracterizado por el acoso telefónico, agresión cibernética y la victimización virtual, asimismo, el ciberbullying es la acción repetitiva e intencional con el fin de fastidiar, amenazar y/o avergonzar a otras personas por medio de medios digitales (Chun et al., 2020). A su vez, Zhu et al. (2021) definen el ciberbullying

como una agresión ligada a conductas disruptivas adolescentes, manifestada por dispositivos móviles, cuyo fin es causar daño a los pares, agravado por el uso excesivo de dispositivos, afectando el desarrollo juvenil. De igual manera, para Balakrishnan et al. (2020) indican que el cyberbullying es un acto desmedido que genera daño, acoso hacia alguien, haciendo uso de medio tecnológicos, con el objetivo de denigrar y crear falsedades.

Asimismo, para Cardoso (2017) menciona que es una forma oculta de hostigamiento oral y escrito, presentando factores como irrupción constante a la persona perjudicada, gran extensión a la recepción, velocidad, incógnito que favorece que el acosador se sienta menos responsable, ignorando los efectos de sus acciones dándose en cualquier sitio, circunstancia, perdurable, no importa la circunstancia para hacer daño a la persona. Además, Cardoso (2017) indica que existen roles dentro de este fenómeno que son asumidos por los involucrados en este contexto de ciberviolencia, como cibervíctima y ciberintimidador. Estos roles no son estáticos, sino que se pueden intercambiar con mayor fluidez de manera concurrente, lo que implica que una misma persona puede alternar entre ambos según el contexto.

Además, el cyberbullying se caracteriza por la marginación y/o denigración física verbal, económica y psicológica, acompañada de amenazas, insultos y ridiculizar por medio de llamadas, videollamadas, con la finalidad de molestar, crear comentarios falsos, desatando la incomodidad o malestar de la víctima (Gázquez et al., 2018); principalmente a través de redes sociales como Twitter, Instagram, Snapchat, WhatsApp, Facebook y correo electrónico, que incluyen salas de chat con mensajes instantáneos, donde se evidencia acoso escolar con agresiones, dificultando la identificación de víctimas, agresores y testigos (Castelli y Valles, 2018); las cuales a partir de la influencia de la tecnología hacia el ámbito académico y social incrementaron su incidencia en los últimos años, colocándolas como principales medios de comunicación o en este caso medios de ciberviolencia.

Ahora bien, se puede manifestar de diferentes maneras así como, divulgar por las redes sociales o por el internet videos o imágenes, información privada y cualquier dato que dañifique o abochorne a la persona robándole su identidad en un perfil falso publicando información privada o agrediendo a terceros; se dice que según estudio en Estados Unidos y Suecia existe por lo menos un 10% de niños que sufren este daño y son considerados cibervictimias, además uno de cada cuatro alumnos está relacionado con el rol de ciber agresor o cibervíctima (Astorga y Schmidt, 2019). Debido a esto la incidencia de este fenómeno ha incrementado considerablemente y cada vez están más definidos los roles de cada individuo en este tipo de acoso.

Es importante resaltar que el ciberbullying es considerado un tipo de violación a los derechos humanos a los estudiantes, donde los órganos competentes como el Estado debe poseer medidas correctivas para eludir ausencia de respeto en función a la convivencia escolar, además, su origen del problema es multicausal, es decir puede ser por una desigualdad en lo físico, económico, educativo, social, por xenofobia, de género, por la baja autoestima de la persona, por lo cual está siendo de consideración para la mitigación del mismo presentar actos educativos decididos, multidisciplinarios y firmes que abarquen toda colectividad (Chaves et al., 2020).

Consecuencias del Cyberbullying

El ciberbullying representa una serie de consecuencias en aquellos adolescentes que son víctimas del acoso y agresión; perjudicando las relaciones sociales y la convivencia de los jóvenes, ocasionando males psicológicos, los cuales recaen en baja tolerancia a la frustración, baja autoestima, impulsividad y agresividad (Bastidas et al., 2021). También, tiene consecuencias significativas en las víctimas, agresores y observadores, quienes experimentan distintos niveles de sufrimiento y cambios psicosociales que pueden derivar en trastornos psicopatológicos tanto en la escuela como en su vida futura.

El uso de espacios digitales ha permitido a los adolescentes expandir sus redes sociales, creando amistades y enemistades, y experimentando diversas emociones espacios en los cuales los jóvenes enfrentan momentos de felicidad, intranquilidad y miedo debido al acoso cibernético, como intimidación, falta de respeto y agresiones en redes como WhatsApp, entre otras (Lucio et al., 2018); estas consecuencia suponen una mayor propensión a desarrollar alteraciones emocionales y psicológicas en las personas involucradas en situaciones de maltrato independientemente de su rol, en comparación con quienes no participan en este tipo de dinámicas.

Asimismo, las consecuencias del ciberbullying incluyen episodios de depresión, fobias, pérdida de confianza, dificultades de aprendizaje, problemas para relacionarse con otros estudiantes y disminución del rendimiento académico. También se asocian al uso de drogas, conductas delictivas, absentismo social, ira, impotencia, consumo de alcohol y tabaco, inseguridad, hiperactividad y problemas de conducta. Tanto las víctimas como los agresores están expuestos a sufrir problemas de desarrollo en su vida adulta, enfrentando efectos negativos a largo plazo (Iranzo et al., 2019).

Dentro de las consecuencias más graves destaca el suicidio, que afecta directamente al bienestar y la calidad de vida. El anonimato de los acosadores contribuye al proceso continuo de victimización, generando daños psicológicos profundos y prolongados, ya que la información compartida en espacios digitales suele permanecer públicamente accesible durante largos periodos, dificultando su eliminación.

Ciberbullying En La Vida Escolar

Dentro de los parámetros escolares actuales, el bullying es un tipo de acoso presente en todas las escuelas. Con el avance de la tecnología, el acoso físico y verbal ha trascendido el ámbito presencial y se ha trasladado a un plano virtual, alcanzando un mayor número de agresores y víctimas. El ciberbullying es una conducta particular de agresión que ocurre

entre compañeros de clase y se manifiesta mediante mensajes amenazantes, grabaciones de video o el envío de imágenes; este tipo de acoso constituye una forma de violencia psicológica y maltrato, caracterizada por la persecución y el hostigamiento constante a través de la divulgación de contenido personal de las víctimas en distintas redes sociales afectando su salud mental.

El desarrollo masivo de las redes sociales y el constante flujo de información han facilitado la expansión del ciberbullying, ya que estas plataformas permiten la rápida distribución de contenido personal, amplificando el daño hacia las víctimas y perpetuando la violencia psicológica en el entorno escolar (Ramos et al., 2020). Esto ha logrado la perpetración del ciberbullying generando en las víctimas un grado mayor de depresión que el bullying convencional, debido a que las víctimas se sienten observadas y atacadas constantemente, no solo por sus perpetradores, sino por los demás compañeros. En ocasiones las víctimas de Ciberbullying en etapa escolar terminan en intentos de suicidio, la mayoría de los padres, profesores y alumnos, carecen de una buena detección y prevención del cyberbullying (Fuentes et al., 2020).

Indica que el ciberbullying en la etapa escolar utiliza las tecnologías de la información como medios de agresión. El involucramiento de las partes puede ir más allá de una persona, en ocasiones la agresión puede ser masiva hacia una sola víctima. Debido al contexto donde se desarrolla son las mismas redes sociales las que disminuyen la empatía hacia la víctima y aumenta el grado de exposición e incidencia (Chalco, 2021).

Ciberbullying en las otras Etapas de Vida

Durante la niñez la etapa escolar supone una etapa de aprendizaje e interacción social para los niños, asimismo, debido a la virtualización y el avance tecnológico, los niños están expuestos al uso de las redes sociales, donde son expuestos al acoso cibernético, donde reciben insultos, burlas, y amenazas con referencia a su sexualidad, entre otros;

produciéndoles miedos, vulnerabilidad llevándolos al aislamiento social (Sánchez y Mestre, 2021).

El ciberbullying en la etapa de la juventud se manifiesta como la violación a la intimidad, por medio de insinuaciones y exhibiciones por medio de las redes social, asimismo también se caracteriza por enviar foto y/o imágenes, videos inclusive audio de carácter sexual. De igual manera durante esta etapa surge lo que es la exclusión social, la marginación a traves de medios digitales, donde los motivos de la misma, recaen sobre en tabúes, como la orientación sexual de la persona o diferencias entre la manera de pensar y actuar (Morales y Serrano, 2014).

El ciberbullying en la etapa adulta se manifiesta por medio de llamadas telefónicas y a través de las redes sociales, hostigamiento laboral a través de humillaciones, minimizaciones o faltas de respeto hacia la persona y el trabajo que viene realizando en su centro laboral trayendo repercusiones psicológicas negativas, provocando trastornos de somatización, acompañados de pensamientos irracionales, de igual manera, ello conlleva al riesgo del desarrollo de la depresión y ansiedad, a su vez aumenta la incidencia de trastornos psicológicos tanto en las víctimas como en los victimarios (Redondo et al., 2017).

Ciberbullying y Agotamiento Emocional

El ciberbullying produce malestar psicológico en los adolescentes, el malestar psicológico y el agotamiento emocional son variables directamente proporcionales, lo cual indica una percepción de menor bienestar, evidenciando mayor atención a lo que representa el ciberbullying en las víctimas, ya que, las consecuencias llegan a sobrecargar a los individuos, dificultándose resolver conflictos, los cuales terminan por derrumbar a la persona (Ortega y Carrascosa, 2018).

Además, el ciberbullying produce una sobrecarga emocional que afecta gravemente la funcionalidad de los jóvenes, lo cual eleva significativamente los niveles de neuroticismo

e, inclusive, puede desencadenar cuadros depresivos y ansiosos. Asimismo, disminuye la calidad de los vínculos afectivos con sus pares, afectando de manera notable el cumplimiento de sus actividades cotidianas y fomentando una creencia irracional sobre su entorno, el cual perciben como amenazante. Esta percepción genera conductas hostiles, una baja tolerancia a la frustración y altos niveles de estrés, lo que repercute en su bienestar general (Prada et al., 2020).

Ciberbullying y Bienestar Psicológico

Desde la perspectiva de los adolescentes, el bienestar personal incluye el control sobre sí mismos, conocido como autonomía, junto con la satisfacción en las relaciones interpersonales y la autoaceptación aspectos que todo adolescente por parte del desarrollo del ser humano está en constante búsqueda. Sin embargo, este bienestar se ve gravemente afectado por el ciberbullying, que expone a los jóvenes a burlas, humillaciones y hostigamiento; los cuales disminuyen el progreso de los adolescentes hacia la consolidación de esta autonomía e independencia generando en ellos disconformidad consigo mismo y sus similares.

Estas experiencias repercuten negativamente en su bienestar emocional, generando miedo, impulsividad y dificultades para regular sus emociones, sentimientos y conductas. Esto, a su vez, provoca conflictos en sus relaciones interpersonales, afectando sus vínculos con amigos, padres y compañeros de colegio (Marly et al., 2019). Por otra parte, las agresiones y el hostigamiento a través de redes sociales pueden desencadenar múltiples secuelas emocionales y psicológicas. Los adolescentes, al ser más vulnerables, pueden desarrollar trastornos como depresión, ansiedad, psicoticismo y somatización. Estas experiencias también están asociadas con la manifestación de conductas hostiles, agresivas y obsesivas, que afectan su desarrollo integral y su calidad de vida (Redondo et al., 2017).

Características del Ciberbullying

El ciberbullying se caracteriza por el uso excesivo de las redes sociales y de las plataformas digitales, donde los jóvenes infringen daño de manera repetitiva, constante e intencionada hacia otra persona que es incapaz de defenderse, donde los abusadores se escondidos en el anonimato para poder intimidar o burlarse de las víctimas, de igual manera se caracteriza por golpear y causar malestar psicológico en las personas, asimismo otra forma de ciberbullying es el acoso, hostigamiento y grabar a las víctimas siendo humilladas para luego ser publicados en internet (Peña et al., 2018).

Hostigamiento. El hostigamiento es una forma de violencia presente en todas las escuelas estos tipos de comportamientos se han plasmado en un ámbito más tecnológico, el hostigamiento se presenta en edades tempranas, como un comportamiento de acoso violento y ostentoso de la vida delincencial mostrada en redes sociales de forma gradual esto debido a diversos aspectos de comunicación negativa en los hogares, por ambas partes.

Así mismo, el acosador tiene una comunicación abrupta y en ocasiones errónea con sus progenitores, el ámbito donde se desarrolla es descuidado y con mucha falta de atención, la víctima tiene comunicación cerrada y poco fluida con sus padres, en ocasiones no cuentan con un apoyo, consejo o defensa (Pereira et al., 2022). Además, el hostigamiento son manifestaciones de agresión presenciada en la agenda de investigación-acción de la educación, con el propósito de tener formas de prevención y atención; se debe garantizar en la comunidad estudiantil un ambiente libre de hostigamiento, generar espacios de seguridad y confianza para las personas que presenten cualquier posición de violencia manifieste su situación, con la finalidad de detenerla rápido e implantar mediante técnicas, sanciones pertinentes, responsabilidades (Echeverría et al., 2018).

Desde el punto de vista sociológico, el hostigamiento es más que una muestra de poder, comprobarle a la persona subalterna que se tiene el dominio sobre ella; también, se considera un comportamiento discriminatorio por razón de género, debido a que las mujeres

generalmente son las víctimas y los autores son los hombres, no sólo es un deseo sexual, sino una forma de poder o dominio, donde el hombre es una persona dominante y la mujer es la forma subordinada y pasiva (Quintero, 2020).

Por otro lado, el hostigamiento son las conductas que se dan reiteradamente a ciertas personas, generalmente de baja autoestima, cuya finalidad que tiene es molestar, humillar, generar perturbación emocional en dicha persona, se transmite estos actos por correo electrónico y medios virtuales de forma pública, donde envían mensajes hostiles, también se puede dar por foros de debate o chat de salas (Chaves et al., 2020).

Denigración. Este constructo en la etapa escolar está sujeta al grado de afección que pueda sufrir una víctima frente a sus agresores. En la actualidad la información personal está al alcance de cualquiera, por ejemplo, las víctimas que sufren de falsificación de datos respecto a su vida íntima o respecto a familiares, esta manifestación incorrecta de información conduce a un grado de depresión en la víctima que puede acarrear consecuencias graves como atentar con su vida (Sandoval et al., 2022).

La denigración son las conductas que presenta la persona con el propósito de hacer quedar mal a una persona mediante la divulgación de videos, imágenes en formas deshonorosas (Castelli y Valles, 2018). También, se manifiesta por medio de la difusión de datos altaneros y falsas hacia una persona, estos datos son publicados en una página de divulgación rápida como correos electrónicos por mensajes inmediatos. Por medio de esta forma de acoso se envía fotos de una persona, puede ser modificada esta imagen de la forma que muestre comportamientos sexuales, que genere perjuicio hacia la persona acosada (Chaves et al., 2020).

Provocación Injustificada. Esta característica hace referencia a la interacción inadecuada e inoportuna entre los agentes educativos en donde los agresores por sus condiciones físicas y psicológicas abusan de personas que en redes sociales presentan

patrones similares como la personalidad reprimida, poco sociables y con intereses y gustos distintos al resto de compañeros; lo que permite a los agresores seleccionar a sus próximas víctimas y continuar abusando de los demás. La interacción entre ambas partes se da por las redes sociales y tiende a agravarse cuando la parte agresora injustificadamente comparte de manera desmesurada falsa información de su víctima que se viraliza (Lucas et al., 2021).

Además, la provocación comienza con una discusión en la red que aborda un asunto controvertido y genera un debate vehemente, donde las opiniones enfrentadas suelen intensificarse rápidamente debido a la falta de comunicación cara a cara y el anonimato que caracteriza a las plataformas digitales (Castelli y Valles, 2018). De este modo, se magnifican los hechos y las consecuencias a su vez por la falta de veracidad de los hechos y la facilidad con la que esta información errónea es visible para otras personas de su entorno escolar próximo.

Intimidación. La intimidación se refiere a como el temor y hostigamiento del agresor se ve reflejado en redes sociales hacia sus víctimas, el grado varía de acuerdo con la viralización y el seguimiento del agresor. Las redes sociales permiten una posibilidad infinita de comunicación, en cualquier día, hora o lugar, la intimidación crece cuando el perpetrador interactúa con otros y en conjunto hostigan a la víctima al punto de sacarla de los medios sociales (Sandoval et al., 2022); generando de algún modo el aislamiento social de la víctima, dejándolos sin alguna posibilidad de acceder a una red de apoyo dentro de sus similares, por el contrario la falta de redes de apoyo fomenta que los ciber espectadores sean futuros ciber agresores.

De igual modo, la intimidación se da por el chantaje a través de contenidos íntimo - sexual hacia las víctimas. El chantaje es una vía de propagación de material íntimo, esta forma de acoso se presenta más en víctimas femeninas, provocando frustración y depresión (Rodríguez y Cerros, 2021). De esta manera se realizan intercambios cortos y tórridos entre

dos o más personas, exponiéndose mediante las tecnologías de la información y la comunicación, se pueden manifestarse en contextos públicos como foros de debates y chat, donde se da intercambios insultantes (Chaves et al., 2020).

Esta característica también provoca en las víctimas la baja autoestima, soledad, ansiedad, faltar a la escuela o tener un rendimiento bajo comparado con el que se tenía, poseer ideas suicidas, lesionarse, problemas para dormir con repetitivas pesadillas, disminución de amistades, eludir circunstancias sociales (Astorga y Schmidt, 2019).

Suplantación de Identidad. Esta característica está ligada a la intimidación y acoso intencional continuo por redes. Se caracteriza por su potencial de distribución e interacción en cualquier lugar y momento. Además, los agresores utilizan las redes como una herramienta para esconder su identidad. De igual modo, en la mayoría de las ocasiones, prefieren suplantar la identidad o permanecer en el anonimato para continuar agrediendo a sus víctimas sin enfrentar repercusiones legales o sociales (Herrera et al., 2018).

Así mismo, la suplantación en el ciberbullying se traduce en acceder sin previa autorización de la persona al correo electrónico o la red social, realizando acciones con su identidad, perjudiciales, intimidadores y hostiles (Castelli y Valles, 2018). En cuestión está persona denominado acosador se hace suplantar por una persona victimaria, generalmente usa su contraseña para acceder a cuentas de redes sociales y poder mandar asuntos dañinos o perjudiciales, que se encuentren fuera de lugar (Chaves et al., 2020). Todo esto con la finalidad de causar daño moral y psicológico, el cual incluye enviar o publicar material o información que perjudicaría a la persona víctima del ciberbullying (Vergara, 2019).

Violación de la Intimidad. La forma de ciberbullying con mayor intencionalidad es la de violación de la intimidad ya que representa la divulgación de la información o imágenes de las víctimas sin su aprobación, este tipo de acoso no tiene repercusiones penales, debido a que los involucrados son compañeros de clases, que en la mayoría son menores de edad

(Chalco, 2021). Este aspecto se traduce en el que el acosador manipula fotos, secretos de la víctima o de la familia sin autorización o permiso alguno, publicándolos por redes sociales o en cuentas privadas, es una forma de violación de los derechos procedente de la discriminación que generen daños perjudiciales a la clase de vida, dificultando el disfrute del bienestar y de su autonomía (Vásquez et al., 2020).

Predictores Factores Influyentes.

Según Alonso et al. (2020) el ciberbullying se debe principalmente a factores psicológicos, como la personalidad, el tipo de apego que recibió durante la niñez y el tipo de estilo parental; de este modo, Epelde et al. (2022) refieren que el principal predictor del ciberbullying se centra en la personalidad del individuo y las habilidades de este, es decir que buenas cualidades sociales y un nivel adecuado de inteligencia emocional, favorecerá al desarrollo de buenas relaciones interpersonales, previniendo abusos, intimidaciones y las agresiones hacia los demás; otros factores relacionados a la personalidad son los llamados factores individuales del adolescente, dentro de los cuales destaca la inestabilidad y la poca empatía representa un riesgo para el desarrollo del bullying, del mismo modo, la baja autoestima y problemas psicológicos, inclusive el maltrato y el abuso que sufrieron los agresores representa una predictor la manifestación del ciberbullying (Canchila et al., 2022).

Ahora bien, respecto a los factores sociales, como los procesos de socialización se relaciona con el desarrollo de conductas disruptivas de los adolescentes, es decir que la identidad y la aceptación social de los jóvenes repercute en la manifestación de violencia relaciona con el ciberbullying, asimismo los factores familiares, poseen un valor significativo en la aparición de comportamientos violentos, por lo que, los estilos parentales autoritarios y la mala comunicación con los progenitores constituyen un factor de riesgo, ya que, los jóvenes buscan el apoyo y aceptación en plataformas digitales, donde las conductas

violentas son reforzadas por las redes sociales y la influencia de sitios web (Cortés et al., 2019).

Bienestar Psicológico

El bienestar psicológico según Moreta et al. (2017) se encuentra referido al desarrollo del individuo y la variedad de estilos que implementa para poder afrontar los diversos retos diarios con la finalidad de alcanzar los objetivos de sus metas trazadas, asimismo, los autores detallan que este tipo de bienestar se encuentra relacionado internamente en la autoaceptación, la comunicación asertiva que se tiene con las demás personas de su entorno, la independencia, el propósito de vida.

De igual forma, Rosa y Quiñones (2012) mencionan que el bienestar psicológico se encuentra fundamentado por el estado positivo que los individuos presentan; sin embargo, es de vital importancia saber las actividades que se encuentra realizando el individuo y los roles se encuentran desempeñando dentro de la sociedad; debido a que, se puede evidenciar que estrategias han utilizado para la superación de diversos retos; de este modo se puede inferir la importancia de desarrollar adecuadamente el autoconcepto porque es el mismo que a través del reconocimiento propio de intereses personales el mismo individuo será el principal precursor de su bienestar personal.

Por su parte, Ferrer (2020) menciona que, el bienestar psicológico puede estar orientado al crecimiento profesional y personal de los individuos, a su vez, también se encuentra dado por las distintas capacidades con las que se posee en la superación de diversos retos que se dan durante un periodo de tiempo, asimismo, estos deben estar enmarcados de forma positiva; teniendo en consideración lo mencionado por Ferrer la importancia de promover el desarrollo en diferentes esferas de la vida favorece la presencia de un bienestar psicológico intrínseco, por ejemplo, en la vida estudiantil aquel estudiante que va cultivando logros periódicamente tiene mejores herramientas para afrontar distintos retos no solo de la

vida académica sino personal y profesional.

Bienestar Psicológico En Estudiantes Escolares

El bienestar psicológico en los estudiantes según Correa et al. (2016), se encuentra relacionado por el excelente éxito académico percibido, lo cual permite que los estudiantes puedan desarrollar mejor y adquirir nuevas habilidades y destrezas. Es por ello, que los centros educativos deben centrarse en una educación integral de los individuos, permitiendo así, que puedan desarrollar una mejor toma de decisiones, enfocando mejor su vida futura y orientarla desde una perspectiva mejor.

Asimismo, Urbano (2022) menciona que, el bienestar psicológico dentro de los escolares debe estar orientado estrictamente a un balance entre las expectativas y los logros obtenidos, los cuales se encuentran dados y/u otorgados por distintas valoraciones positivas y los estados emocionales favorables; es así que, los estudiantes que tienen un logro mayor de bienestar psicológico se encuentra orientado a cuando tienen una mayor concentración de los problemas que surgen y mantienen una mentalidad más positiva al enfrentarse a esos problemas, donde la búsqueda de ayuda profesional es de suma importancia para su correcto desarrollo para expresar sus emociones y apoyo social.

Bienestar Psicológico En La Familia

El bienestar psicológico en la familia se encuentra orientado al equilibrio entre los distintos factores de dentro de la composición, estructura y funcionamiento de la familia, donde el trabajo, estudio, y la salud de los integrantes de una familia se convierten en agentes que demandan bastantes recursos psicobiológicos de un individuo, los cuales van acompañándolo durante toda su formación personal y profesional; es así que deben tener un alto grado de afrontamiento de los diversos problemas dados; es así que, el poder separar los problemas personales y de trabajo es de vital importancia para que el individuo pueda presentar niveles bajos de estrés, sintiéndose así más cómodo en los distintos ambientes a

los que se encuentra expuesto (Tacca y Tacca, 2019).

Por su parte, Cuadra et al. (2016) mencionan que, para que se presente un nivel adecuado de bienestar psicológico dentro de la familia primero debe de haber un apoyo de este último hacia el individuo, ya que, este es uno de los mayores recursos con los que deba contar una determinada persona, los mismos que se dan por medio de una mayor atención y protección por las distintas dificultades por las que atraviesan; lo cual se ve reflejado en el menor aislamiento social, permitiendo contar con nuevas experiencias de relaciones futuras las cuales serán más saludables y proyectadas en las diversas áreas del desarrollo personal.

Bienestar Psicológico Y Las Relaciones Entre Compañeros

Según Solórzano (2019), el bienestar psicológico de un individuo ayudará en la mejora de las relaciones con las demás personas de su entorno, ya sean compañeros de trabajo, estudios, etc.; los mismos que, pueden influir en gran medida en la mejora de sus actividades diarias dentro de las actividades que desarrollan; ya que, se debe tener en consideración que el bienestar psicológico de una persona ira moldeando su comportamiento, teniendo en consideración muchas opiniones asertivas de las demás personas; cabe resaltar que el bienestar psicológico en un grupo de similares por modelamiento va ser una influencia positiva para que los miembros de grupo que no posean un nivel adecuado de este bienestar psicológico puedan alcanzarlo apoyándose en sus compañeros.

Bienestar Psicológico Y El Cyberbullying

Antes de abordar cómo el bienestar psicológico puede influir en el cyberbullying, es necesario definir este término para una mejor comprensión. Según Romera et al. (2016), el cyberbullying es una forma de acoso indirecto hacia una persona que se realiza a través del uso de redes sociales o la difusión de información con un carácter netamente agresivo. Este comportamiento provoca desequilibrio en el entorno de confort de la víctima, generando en

ella un alto grado de vulnerabilidad.

En este sentido, las personas con un bajo nivel de bienestar psicológico tienden a ser más vulnerables al ciberbullying. Esta mayor susceptibilidad se debe a que carecen de las herramientas emocionales necesarias para afrontar las situaciones de acoso que surgen a través de las nuevas tecnologías de la información, cuyo uso se ha incrementado de manera significativa en la actualidad.

Ventajas De Tener Bienestar Psicológico

Si bien el contar con un adecuado bienestar psicológico permite que las competencias, habilidades y destrezas de un individuo puedan ser mejoradas, permitiendo con ello contar con alto crecimiento personal; de este modo Romero et al. (2007) mencionan que las mayores ventajas están referidas a:

- **Afrontamiento.** Contar con un adecuado bienestar psicológico permitirá al individuo desarrollar altos niveles de resiliencia para afrontar cualquier dificultad que se presente en sus actividades diarias. Esto, a su vez, facilita la generación de diversas estrategias que contribuyen a reducir los riesgos latentes que puedan desequilibrar su estado emocional y afectar su estabilidad presente.
- **Estado de Ánimo.** El contar con un adecuado bienestar psicológico, hará que la persona pueda generar comportamientos positivos por distintos problemas que surjan en sus actividades, llevando así a mantener una percepción positiva de las cosas, y generando en el mismo una satisfacción propia.
- **Autoeficacia.** Hace referencia la creencia que tiene una persona en su capacidad para realizar con éxito una tarea o alcanzar una meta específica. Es la confianza en las propias habilidades para organizar y ejecutar las acciones necesarias para lograr resultados deseados; logrando que los juicios de determinadas acciones puedan ser más concretos y ejecutados de tal forma que se pueda alcanzar un rendimiento deseado.

Agotamiento emocional.

El agotamiento emocional puede ser definido como la sensación de sobrecarga emocional por la reducción de los recursos emocionales que un individuo presenta; los mismos que se encuentran presentados mayormente en personas que mantienen un ritmo de vida ajetreado, con altos niveles de carga en sus actividades de trabajo, y/o estudio. Asimismo, un individuo que presenta altos niveles de agotamiento emocional es más propenso a sufrir del síndrome de burnout, con lo cual el rendimiento habitual de sus actividades de trabajo se encuentra reducido (Katrin y Morin, 2016); este fenómeno puede ser bastante perjudicial para el desempeño de una persona en el área y etapa de desarrollo que se encuentre bien sea la escuela, universidad o el trabajo.

Por su parte, Ding et al. (2018) definen al agotamiento emocional como el grado de fatiga que mantiene el individuo en relación a las actividades realizadas durante un determinado periodo de tiempo, donde el uso excesivo de distintos recursos mentales hace que presente síntomas de agotamiento desproporcionado, los mismos que con el tiempo tienden a transformarse en situaciones de estrés; es por ello que muchos de los individuos para evitar este tipo de situaciones deben realizar diversas acciones que ayuden a evitar la pérdida excesiva de tal recurso, permitiendo con ello poder afrontar diversas situaciones negativas o presiones dadas a lo largo de su vida diaria. Por otro lado, Huang y Lin (2020) menciona que el agotamiento emocional se encuentra definido como el sentimiento colectivo de un determinado grupo de personas que poseen una fatiga crónica extrema de las condiciones de trabajo a las cuales se encuentra dado, asimismo, los autores indican que el agotamiento emocional es un componente clave para el correcto desarrollo productivo de una persona.

Agotamiento Emocional En Estudiantes De Secundaria

El agotamiento emocional dentro de los estudiantes se encuentra íntimamente

relacionado con el desinterés por la realización de determinadas actividades a desarrollar, ya que con ello contemplaría una falta en el compromiso con sus clases de estudio, detallando con ello, una falta de confianza en las distintas habilidades desarrolladas a lo largo de su periodo educativo. Asimismo, esto puede denotar en ello altos índices de ansiedad y depresión, con lo que estarían desarrollando conductas irregulares en ellos mismos (Domínguez y Merino, 2019).

Adicionalmente a ello, Martínez et al. (2021) mencionan que, el agotamiento emocional es uno de los problemas fundamentales dentro de la vida de un estudiante, ya que en muchos de los casos los estudiantes al contar con altos niveles de agotamiento sienten que no pueden dar lo máximo de sí mismo dentro de los niveles afectivos, por lo que sus recursos emocionales se ven agotados, desequilibrando en ellos mismos su correcto día a día, además los autores detallan que el contar con altos niveles dentro de su agotamiento emocional repercutirá en ellos a que la conducta normal se vea modificada, generando ellos mismos, adicciones a internet, al compromiso de sus logros académicos y en general a su satisfacción.

Por su parte, Lee et al. (2020) aseveran que, el agotamiento emocional se encuentra relacionado íntimamente con los niveles de estrés académico que se da durante un periodo largo de duración, donde el estudiante se siente sobrecargado por las actividades escolares que se encuentra desarrollando, evidenciando con ello, niveles bajos en su energía, la fatiga crónica, mayores niveles de nerviosismo, por lo que, los estudiantes que ya se encuentran evidenciando ello, bajaran el rendimiento académico, ya que en muchos de los casos los escolares sentirán sensaciones de agotamiento al final de las actividades académicas. Asimismo, el agotamiento emocional se manifiesta después de un periodo extenso debido a los conflictos enfrentados; originándose sensaciones como el agotamiento físico, dolores de cabeza, despersonalización, además, predice el desempeño, en la mente se siente la

sensación frecuente de fatiga (Moya y Moreta, 2022).

El agotamiento emocional según la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo incluye como una de las enfermedades modernas juntamente con la adicción a las tecnologías, donde se estima que de 10 alumnos por lo menos 1 sufre síntomas de depresión, estrés, agotamiento, asimismo indica la Organización Internacional del Trabajo (OIT) que esta enfermedad va en aumento por la forma de vida actual (International Labour Organization. Labour Administration, 2016). Por tal motivo, la importancia de reconocer cuales son factores de riesgo que promueven la incidencia de esta variable es un tema de suma consideración en el contexto escolar para poder mitigar los efectos negativos.

Agotamiento Emocional Y La Familia

Los estudiantes experimentan agotamiento emocional en el ámbito sociofamiliar suelen expresarlo a través de la disminución de la vida social, teniendo espacios insuficientes para compartir con los amigos y los miembros del núcleo familiar; muchas interacciones se pierden o se establecen solo a nivel de redes sociales, sin lograr ser un mecanismo de apoyo social. Asimismo, el apoyo social sirve como potenciador en el logro y el buen desempeño de los estudiantes, ya que aporta a que afronten estresores del mismo ambiente con mejores resultados (Barreto y Salazar, 2020).

La familia es el contexto donde se desarrolla y crece una persona, el cual puede ayudar o limitar su potencial personal y social, incluso influir en la actitud que asume el estudiante frente al estudio, la formación académica y las expectativas para su educación superior, siendo la familiar responsable de la primera estancia de la atención de la salud mental (Sáenz, 2018); debido a esto la promoción de un ambiente familiar optimo puede ser clave para reducir esos síntomas de cansancio emocional ligados a otros aspectos psicológicos como el desarrollo de un apego inseguro y sus distintos tipos (ansioso-ambivalente, evitativo y desorganizado) desencadenan sentimientos de inseguridad e

insatisfacción personal, los cuales aportan negativamente en el desarrollo de este agotamiento emocional.

Además, cabe resaltar la influencia de algunos factores externos que inciden en la presencia del agotamiento emocional son la edad, sexo, inestabilidad emocional para enfrentar situaciones conflictivas, competitividad, exigencias extremas, condiciones inapropiadas como el medio físico, trabajo en equipo deficitario, e incluso llega a influenciar los cambios significativos; es así como influye los últimos como la muerte de algún familiar, los matrimonios, nacimiento de miembros de la familia, el divorcio en el agotamiento emocional.

Características Del Agotamiento Emocional En Estudiantes De Secundaria

Para que un individuo pueda experimentar agotamiento emocional, suele manifestar señales que, en muchas ocasiones, pasan desapercibidas. Sin embargo, con el tiempo, estas señales pueden intensificarse si no se toman medidas adecuadas para contrarrestar los síntomas. Según Gila (2018), las principales características del agotamiento emocional son:

- **Agotamiento Físico.** Se manifiesta desde el momento en el que el individuo presenta sensaciones de fatiga, desde el momento despertar hasta la última hora de su día de actividades.
- **Dificultad Para Dormir.** Hace referencia a las personas que regularmente están cansados emocionalmente tienen a mantener altos niveles de insomnio.
- **Irritabilidad.** Debido a que una persona que le cuesta dormir, y siente un gran agotamiento en sí mismo, tiende a presentar niveles de mal humor y pérdida de control de sus distintas emociones.
- **Desmotivación.** Una persona que ya se encuentra presentando agotamiento emocional, va a presentar una falta de motivación propia para la realización de sus actividades; presentando en ocasiones desinterés y falta de entusiasmo.
- **Olvidos frecuentes.** La sobrecarga de la información percibida por el individuo hace

que presente fallas en la memoria de corto plazo adquirida, repercutiendo con ello al olvido de las pequeñas cosas.

- **Falta de concentración.** Genera que el individuo con facilidad se confunde con las tareas y/o actividades que desarrollan y tienen a razón con lentitud.

Consecuencias Del Agotamiento En Estudiantes

Las consecuencias más comunes del agotamiento emocional, especialmente en los estudiantes, están relacionadas con el rendimiento académico. Según Prada et al. (2020), cuando los estudiantes no logran un adecuado equilibrio entre las distintas exigencias a las que se enfrentan, pueden experimentar diversas alteraciones en su salud física y mental, afectando su desempeño escolar. Además, aquellos estudiantes que presentan altos niveles de agotamiento emocional suelen desarrollar comportamientos de riesgo, como el consumo excesivo de alcohol, y son más propensos a padecer trastornos como ansiedad y depresión, lo que agrava su estado general y su capacidad para enfrentar las demandas educativas.

Asimismo, Domínguez (2018) menciona que, las consecuencias pueden ser tanto a nivel académico como a nivel personal; evidenciándose así que, a nivel personal, los estudiantes tienen situaciones de ansiedad y depresión; y netamente en lo académico se ve evidenciado en el bajo rendimiento en sus actividades normales lectivas. Por otro lado, Barreto y Salazar (2021) mencionan que, las consecuencias dadas por el agotamiento emocional dentro de los estudiantes deben de ser enfrentadas y reguladas por un proceso llamado afrontamiento, el mismo que se hace alusión a la capacidad de las personas de realizar esfuerzos cognitivos y controlar diversas situaciones tanto a nivel interno como externo que le generen situaciones de agobio.

Además, no solo las consecuencias del ciberbullying son afectadas a estudiantes victimarios, sino también se manifiesta en los profesores a cargo de la clase en el contexto escolar, afectando a la vida laboral disminuyendo la motivación, la satisfacción laboral y las

prácticas de enseñanza, generando problemas para socializar, propensos a sufrir ausencia escolar, incluso problemas alimenticios, depresión y el suicidio (Vergara, 2019); también, afectan a los miembros de la familia generando en ello un sentimiento de ineficacia y ausencia, porque desde casa deben ser ellos los principales impulsores para que los adolescentes se desarrollen como estudiantes competentes.

Agotamiento Emocional Y Bienestar Psicológico

El bienestar emocional es importante para poder afrontar situaciones que nos permitan enfrentar al agotamiento emocional y tener una mente que no tenga inconvenientes sobre la resolución de problemas; aunque hay estudiantes que presentan mayor facilidad para poder afrontar determinadas situaciones a los que se denomina resiliencia la cual puede favorecer a las personas y en especial a los estudiantes afrontando el agotamiento emocional (García et al., 2021); esto se logra a través de la adecuada gestión de las emociones, las cuales nos permiten relacionarnos con otros estudiantes y agentes educativos del contexto, fomentando una función adaptativa de nosotros hacia todo lo que nos rodea, donde el miedo se expresa como una respuesta innata sobre una potencial amenaza y la ansiedad indica que no está bien algo en la vida, por ende, a través del bienestar emocional promover la adquisición de herramientas psicológicas que favorezcan la adaptación y la capacidad de resiliencia. (García et al., 2021).

Con el agotamiento emocional se dan los procesos de regulación, como por ejemplo poder manejar los sentimientos y emociones frente a factores que son estresantes y saber cómo afrontar situaciones adversas, además el agotamiento nos aleja de la preocupación para protegernos del estrés, y despreocuparnos de estas medidas (García et al., 2021); una persona agotada emocionalmente, ya no cuenta con la energía necesaria para asumir distintos retos propios de las esferas en la cuales el ser humano se desenvuelve, en el caso de los estudiantes aquellos fatigados y agotados emocionalmente no serán capaces de

sobrellevar las adversidad impuestas por el propio desarrollo físico y psicológico sino que también tendrán dificultades para las propias al desarrollo escolar.

Agotamiento Emocional Y Cyberbullying

La ciberviolencia o violencia cibernética vulnera el bienestar psicológico y emocional por medio del hostigamiento, el acoso cibernético ejecutadas con ayuda de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), encontrando respuesta en las características de personalidad de cada estudiante, los rasgos de comportamiento más representativos de la víctima. Ahora bien, el modo de acoso y el apoyo que se le brinda, es capaz de desencadenar efectos negativos a nivel psicológico, alteraciones a nivel alimentario, asilamiento social e incluso llegar a la depresión con el agotamiento emocional (Valle, 2021).

El agotamiento emocional se ve reflejado en la salud mental con la perdurable preocupación, sentimiento de tristeza, pérdida de interés a las actividades cotidianas que se realizan, además repercute en la forma de sentir, actuar, pensar del estudiante, pudiendo generarse trastornos depresivos que no son considerados adecuadas las manifestaciones de estos por la etapa de vida, sin embargo, existe la posibilidad y más aun con lo acelerado que esta el desarrollo dicha posibilidad incrementa su porcentaje; sumado a esto el fácil acceso de los estudiantes al internet y sus plataformas digitales puede ser una fuente para realizar conductas negativas como el cyberbullying (Valle, 2021); a su vez, generan influencia en cambios emocionales y comportamientos, ejecución de acciones contra el cyberbullying que puedan fomentar y contribuir de manera significativa en el desarrollo de la depresión en las víctimas que la experimentan (Valle, 2021).

En los últimos años el cyberbullying se ha convertido en uno de los problemas sociales por la influencia significativa en la mayoría de las esferas personales específicamente sobre el bienestar psicológico de los estudiantes debido al avance de la tecnología de la información y

los medios de comunicación, debido a esta preocupación Darawsheh en el año 2023 realizó un estudio en adolescentes sobre el impacto del ciberbullying en el bienestar psicológico, empleando un método descriptivo correlacional. Se encontró una relación leve entre las variables y no hubo diferencias significativas por género. Sin embargo, los estudiantes más jóvenes, debido a la falta de herramientas de afrontamiento, son los más propensos a ser afectados.

Ahora bien, Hellfeldt et al., (2020) estudió la relación entre los roles de ciberacoso y diversos resultados de salud mental, y el posible papel mediador del apoyo social de familiares, amigos y maestros de escuela. Se trató de una muestra transversal de 1.707 jóvenes (47.5% niñas de entre 10 y 13 años a través de un cuestionario en línea) en escuelas municipales y privadas de una ciudad sueca de tamaño mediano. De los resultados se concluye que el grupo de víctimas de ciberbullying presenta mayores síntomas depresivos y menor bienestar subjetivo y apoyo familiar. A su vez se observan mayores síntomas de ansiedad entre las víctimas de acoso cibernético y en línea. Además, concluimos que algunas formas de apoyo social parecen tener un efecto protector.

Moya y Moreta (2022) llevó a cabo un estudio denominado “Victims of cyberbullying and its influence on Emotional Regulation Difficulties in adolescents in Ecuador” que tuvo como objetivo identificar la prevalencia de las víctimas de cyberbullying y las dificultades para la regulación emocional. De igual manera, la relación y la predictibilidad en una muestra de adolescentes del Ecuador. La investigación tuvo un diseño no experimental, descriptivo correlacional, conto con la participación de 904 adolescentes de diferentes ciudades del Ecuador. Como resultado se encontró que el 3% fueron víctimas de cyberbullying a un nivel bajo, el 82% manifestaron ser víctimas del ciberbullying, concluyendo que existe relación significativa entre el cyberbullying y las dificultades de regulación emocional, siendo el cyberbullying un predictor en el desarrollo de dificultades de la regulación emocional

Pino (2022) realizó una investigación denominada “Cyberbullying y el Bienestar Psicológico en Estudiantes de Secundaria en una Institución Educativa de Tacna, Tacna – 2022” cuyo objetivo fue, determinar la relación el Cyberbullying y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Tacna, Tacna – 2022. El enfoque fue deductivo, de diseño no experimental y correlacional, tuvo una muestra de 186 estudiantes, a quienes se les aplicó cuestionarios. Como resultado demostró una relación significativa entre cyberbullying y el bienestar psicológico en estudiantes con un $p < .001$

Benites (2022) llevó a cabo un estudio cuyo nombre fue “Ciberbullying y bienestar psicológico en adolescentes del distrito de Comas, 2021” el mismo tuvo como finalidad principal, determinar la relación entre el Ciberbullying y bienestar psicológico en adolescentes del distrito de Comas, 2021. La investigación fue de diseño no experimental, transversal y descriptiva – correlacional. El estudio estuvo compuesto por 138 adolescentes a quienes se les aplicó el European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire (ECIPQ) y la escala de Bienestar psicológico para adolescentes (BIEPS- J). Los resultados mostraron que el 64% de los varones y el 36% de las mujeres fueron víctimas de cyberbullying. En cuanto al bienestar psicológico, el 17.3% de los varones y el 37.1% de las mujeres presentaron niveles bajos. Se concluye que existe una relación inversa entre el cyberbullying y el bienestar psicológico.

Dionicio (2019) llevo a cabo una investigación cuyo título fue “Evaluación del agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en estudiantes de odontología de la Universidad Privada Norbert Wiener” y su objetivo fue, evaluar el agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en estudiantes de odontología de la Universidad Privada Norbert Wiener, se utilizó un enfoque cuantitativo de diseño no experimental, transaccional y descriptivo, participaron 164 estudiantes a quienes se les aplicaron dos instrumentos, el cuestionario de datos sociodemográficos y el

cuestionario de Maslach Burnout Inventory, como resultado se encontró que el 20.1% posee agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal.

Hipótesis

Existe una relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico, agotamiento emocional y el ciberbullying en estudiantes de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de Arequipa.



Capítulo II. Método

Método

La presente investigación, de acuerdo con Hernández et al. (2014), tuvo un enfoque cuantitativo, ya que siguió una serie de pasos, entre ellos la revisión de material bibliográfico que sirvió como marco teórico. A partir de ello, se elaboró una hipótesis que fue probada mediante la aplicación de pruebas estandarizadas y validadas. Asimismo, fue de tipo no experimental, ya que no se manipularon deliberadamente las variables con el objetivo de no alterar el objeto de investigación. Además, fue una investigación de corte transversal, dado que analizó datos de variables recopiladas durante un periodo específico.

De igual manera, según Hernández et al. (2014), el diseño correlacional "mide la relación de las variables, sin la intervención del investigador" (p. 131). Es decir, en esta investigación se determinó si existía una relación significativa entre el ciberbullying, el bienestar psicológico y el agotamiento emocional en estudiantes de nivel secundario del centro educativo.

Técnica e Instrumentos

Técnica

La encuesta fue la técnica adecuada porque permitió recolectar información directa y representativa de un grupo específico, como los estudiantes de secundaria, sobre temas sensibles como el bienestar psicológico, el agotamiento emocional y el ciberbullying. Esto aseguró una recolección sistemática y estandarizada de los datos.

Instrumentos

El instrumento apropiado fue el cuestionario porque permitió recolectar datos de manera estructurada, eficiente y estandarizada, lo que resultó fundamental para explorar las relaciones entre variables como el bienestar psicológico, el agotamiento emocional y el ciberbullying.

Cuestionario Cyberbullying. Dentro de los instrumentos empleados para evaluar las variables de estudio, se utilizó en primer lugar el Instrumento de Cyberbullying Escolar (ICIB), elaborado por los colombianos Baquero y Avendaño (2015). Este instrumento tenía como objetivo "identificar los indicadores del constructo denominado 'ciberbullying' descritos en el marco conceptual, limitado al ámbito escolar entre iguales. Por lo tanto, se excluyen las agresiones, acoso o intimidación producidas por personas extrañas de cualquier edad o condición diferente" (p. 217).

De los 25 ítems iniciales, se seleccionaron 18 tras una revisión basada en las sugerencias de expertos y el índice rwg. Los ítems 4, 8, 9, 10, 16, 18 y 23 fueron eliminados por índices rwg inferiores a 0.50, indicando desacuerdo entre jueces. Un análisis factorial confirmatorio con prueba KMO confirmó la adecuación de la muestra, con una varianza explicada del 49.43% en tres factores (agresor, víctima y espectador) identificados mediante rotación varimax, logrando una estructura factorial adecuada.

En el contexto arequipeño, este instrumento resulta particularmente relevante debido a la creciente incidencia del ciberbullying en instituciones educativas de la región, donde el uso masivo de dispositivos tecnológicos y redes sociales ha generado un aumento en los casos de hostigamiento virtual.

Validez. Cabe destacar que Carhuayal y Walter (2022) realizaron una investigación en Lima para obtener el grado de licenciados, utilizando la versión final del ICIB con 18 ítems. Los resultados mostraron índices de homogeneidad que oscilaron entre 0.40 y 0.83, evidenciando que los reactivos tendían a medir un mismo constructo. El análisis factorial confirmatorio arrojó resultados satisfactorios, con valores de $X^2/gl = 1.65$, $CFI = .977$, $TLI = .974$, $RMSEA = .048$ y $SRMR = .068$, lo que mostró un ajuste adecuado del modelo. La confiabilidad del instrumento también fue corroborada con un $\alpha = .94$ para el total, y para los

factores: agresor ($\alpha = .90$), víctima ($\alpha = .92$) y observador ($\alpha = .83$), concluyendo que el instrumento presentó una adecuada validez y confiabilidad (Carhuayal y Walter, 2022)

Confiabilidad. En cuanto a la validez de la prueba, se aplicó un Alpha de Cronbach cuyo valor fue de .864.

Cuestionario Bienestar Psicológico. En segundo lugar, se utilizó la escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) propuesta por Casullo y Solano (2000) y adaptada por Luna et al. (2020). Esta escala constaba de 13 ítems con tres opciones de respuesta en una escala de 1 (en desacuerdo) a 3 (de acuerdo).

Validez. Estaba compuesta por cuatro factores: control, que medía la sensación de dominio del entorno y autocompetencia (cuatro reactivos; $\alpha = .56$); vínculos, que evaluaba la capacidad para establecer relaciones sociales adecuadas (tres reactivos; $\alpha = .51$); proyectos, que consideraba la presencia de objetivos y metas en la vida (tres reactivos; $\alpha = .55$); y aceptación, que valoraba la conformidad con los aspectos positivos y negativos de uno mismo (tres reactivos; $\alpha = .50$). La escala explicaba el 51% de la varianza y tenía un α de Cronbach global = .74. Se argumentó que el bajo nivel de consistencia interna de los factores se debía más al reducido número de ítems en cada factor que a su heterogeneidad. Una puntuación total por debajo del percentil 25 indicaba niveles bajos de salud mental, mientras que puntuaciones iguales o superiores a los percentiles 50 y 75 reflejaban niveles moderados y altos, respectivamente (Luna et al., 2020).

En el contexto arequipeño, esta escala adquirió relevancia debido a su aplicabilidad en adolescentes de la región, quienes enfrentaban desafíos específicos en su bienestar psicológico relacionados con factores sociales, familiares y educativos. En la investigación realizada por Rehora (2021), este instrumento se aplicó en una prueba piloto con estudiantes, realizando un análisis de homogeneidad para el instrumento completo. Los coeficientes de correlación entre los ítems y el puntaje total oscilaron entre .165 y .701.

Además, se efectuó un análisis factorial utilizando máxima verosimilitud y rotación oblicua directa ($KMO = 0.794$, prueba de esfericidad de Bartlett significativa, $p < .001$).

Se identificaron cuatro factores que explicaron el 59.52% de la variación total, pero al analizar las cargas factoriales, se observó que todos los ítems cargaron en el factor 1, por lo que el bienestar psicológico se consideró un constructo unidimensional en esta muestra.

Confiabilidad. Finalmente, se evaluó la consistencia interna del instrumento mediante el coeficiente alfa de Cronbach, obteniendo un coeficiente de .807, lo que confirmó su confiabilidad.

Cuestionario Agotamiento Emocional. En tercer lugar, se utilizó la Escala de Agotamiento Emocional de Lara (2014), de procedencia peruana. Esta prueba podía administrarse de manera colectiva o individual, con una duración promedio de 15 minutos. La escala, de tipo unidimensional, constaba de 10 ítems en formato Likert, con opciones de respuesta que iban desde 1 (Raras veces) hasta 5 (Siempre). Respecto a la validez de la variable agotamiento emocional, los constructos del instrumento mostraron puntajes de ajuste adecuados, y el análisis factorial confirmatorio confirmó una validez de constructo apropiada. En el contexto arequipeño, esta escala resultó particularmente útil para evaluar el agotamiento emocional en estudiantes locales, quienes enfrentaban situaciones de estrés relacionadas con factores sociales y educativos propios de la región.

Validez. Según Pancorbo Gonzales y Vásquez Porta (2020), el instrumento presentó un alfa de Cronbach de .77 para la variable violencia doméstica, 0.86 para cambio de comportamiento y .88 para agotamiento emocional. Asimismo, los coeficientes de confiabilidad por dimensión oscilaron entre .73 y .78. La confiabilidad se evaluó con coeficientes de Omega, obteniendo valores de .78 a .88 para las variables individuales y de .74 a .79 para los factores, lo que indicó una confiabilidad moderada a aceptable.

Confiabilidad. En cuanto a la confiabilidad, la escala presentó un coeficiente alfa de

Cronbach de .87, con un nivel de confiabilidad del 95%.

Participantes

Tabla 1

Características de los participantes

Categorías	Fi	%
Edad		
12 a 13 años	100	36%
14 a 15 años	90	33%
16 a 17 años	85	31%
Grado de instrucción		
Primera secundaria	50	18%
Segunda secundaria	60	22%
Tercero secundario	55	20%
Cuarto secundario	60	22%
Quinto secundaria	50	18%
Total	275	

Nota. Extraído de SPSS v. 25, Fi: frecuencia, %: porcentaje

Para esta investigación, la población estuvo constituida por 350 estudiantes escolares de una institución educativa para damas de la ciudad de Arequipa. La muestra evaluada constó 275 estudiantes de género femenino en su totalidad, de los distintos grados de educación regular secundaria desde primer año hasta quinto año sus edades oscilan entre 12 a 17 años de edad como se puede apreciar en la Tabla 1.

El muestreo utilizado fue de tipo no probabilístico por conveniencia, dado que solo se seleccionaron a los estudiantes que cumplieran con los criterios de inclusión establecidos (Hernández et al., 2014). Asimismo, se consideró la voluntariedad en la participación, lo que resultó en una muestra final de 275 estudiantes de diferentes secciones y grados.

Criterios de Inclusión:

- Estudiantes matriculados de una institución educativa en el año lectivo correspondiente.
- Adolescentes de entre 12 y 17 años de edad.
- Participación voluntaria en el estudio, respaldada por el consentimiento informado.
- Disponibilidad para completar los instrumentos de evaluación dentro de los plazos establecidos.
- Estudiantes que comprendan y acepten las instrucciones para responder a las escalas e instrumentos aplicados.

Criterios de Exclusión:

- Estudiantes con dificultades cognitivas, emocionales o físicas que impidan la comprensión o respuesta adecuada a los instrumentos de evaluación.
- Estudiantes que abandonen el estudio después de haber iniciado el proceso de evaluación.
- Participantes que, por cualquier motivo, no completen los instrumentos de evaluación de manera íntegra.

Procedimiento

En primer lugar, se realizó la recopilación de información de las variables a desarrollar, seguido del desarrollo del marco teórico, objetivos e hipótesis. A continuación, se inició la recolección de datos a través de un formulario virtual (Google Forms), en el que se incluyó un asentimiento informado para los estudiantes, en cual se especifica el objetivo de este proyecto de investigación, las consideraciones éticas e indicaciones respecto a la evaluación, también se resaltó la importancia de la confidencialidad y el anonimato para la protección de las estudiantes, finalizando este apartado al responder afirmativamente a esta pregunta las estudiantes comenzaban a responder a las preguntas propias de cada escala.

Este proceso se llevó a cabo antes de que culminara el año escolar. Posteriormente, se procesaron los datos recolectados en el modelo de investigación correlacional. Con los resultados obtenidos, se interpretaron los datos y se comprobaron las hipótesis planteadas. Por último, se consolidaron las conclusiones, recomendaciones y limitaciones de la investigación.

Consideraciones éticas

El desarrollo de este estudio se basó en los aspectos éticos de la investigación se entregó un asentimiento informado, invitando a las estudiantes a la participación voluntaria de dicho estudio científico respetando los datos obtenidos a través de la confidencialidad, por lo que no se solicitó nombre o algún dato para identificar a los participantes en los instrumentos. De igual forma se realizará una codificación sencilla la cual permitirá un registro y análisis sistemático. De este modo, se respetó el anonimato de los participantes para minimizar riesgos de exposición por parte de los estudiantes. Así mismo, las evaluadas tuvieron la libertad de abandonar el estudio en cualquier momento que deseen en caso dicha investigación genere incomodidad o malestar por la naturaleza de la investigación.

Análisis de Datos

El primer paso fue la recolección de datos mediante la plataforma Google Forms. Posteriormente, la información se procesó de forma electrónica, clasificando los datos en el programa Microsoft Excel. Una vez clasificados los datos obtenidos de ambos cuestionarios, se procedió a verificar la información de acuerdo con los datos generales, con el fin de cumplir con los criterios establecidos en la investigación.

El análisis estadístico se llevó a cabo utilizando el programa SPSS Statistics versión 23, que permitió realizar cálculos estadísticos mediante estadística descriptiva. Este proceso facilitó el acceso, ordenamiento y resumen de los datos en tablas de frecuencia y gráficas, permitiendo además identificar tendencias relevantes para su interpretación. Finalmente,

para la prueba de hipótesis, se utilizó un análisis descriptivo de los resultados, estableciendo la relación entre las variables indirectas y la variable directa.



Capítulo III. Resultados

Tabla 2

Nivel del bienestar psicológico

	Fi	%
Bajo	193	70.18%
Medio	78	28.36%
Alto	4	1.45%
Total	275	100%

Nota. Extraído de SPSS v. 25, Fi: frecuencia, %: porcentaje

En los resultados de la Tabla 2, se aprecia que el 70.18% de los estudiantes, correspondiente a 193 participantes, presenta un nivel bajo. Este grupo refleja mayores dificultades emocionales, tales como baja autoestima, incapacidad para gestionar el estrés y una visión negativa de su entorno y de sí mismos. Estas cifras apuntan a un deterioro significativo en su calidad de vida, posiblemente influenciado por factores como el agotamiento emocional y el ciberbullying. Por otro lado, el 28.36% de los estudiantes, equivalente a 78 participantes, se encuentra en un nivel medio de bienestar psicológico. Este segmento muestra capacidades moderadas para afrontar desafíos emocionales y mantener una percepción aceptable de su vida, aunque no alcanzan un estado óptimo. Si bien poseen cierta resiliencia, estos estudiantes aún podrían beneficiarse de estrategias específicas de intervención emocional para fortalecer sus habilidades. Finalmente, únicamente el 1.45% de los estudiantes, representado por 4 participantes, reporta un nivel alto de bienestar psicológico. Este grupo minoritario se caracteriza por poseer una percepción positiva de su vida, alta autoestima y sólidas habilidades de afrontamiento que les permiten manejar el estrés de manera efectiva. Sin embargo, su baja representación evidencia la necesidad de generar condiciones que favorezcan el desarrollo integral de la mayoría estudiantil. Finalmente, los obtenidos reflejan una situación alarmante, donde la mayoría de los estudiantes se encuentra en niveles bajos de bienestar psicológico.

Esto sugiere que las condiciones del entorno escolar y social, especialmente el

ciberbullying y el agotamiento emocional, podrían estar impactando de manera negativa su estado emocional y mental. La limitada proporción de estudiantes con un bienestar psicológico alto resalta la urgencia de implementar estrategias educativas y psicosociales que promuevan la salud mental.

Tabla 3

Nivel del agotamiento emocional

	Fi	%
Bajo	99	36%
Medio	118	43%
Alto	58	21%
Total	275	100%

Nota. Extraído de SPSS v. 25, Fi: frecuencia, %: porcentaje

En los resultados de la Tabla 3, se aprecia que el 36% de los estudiantes, equivalente a 99 participantes, presenta un nivel bajo de agotamiento emocional. Este grupo tiene un manejo relativamente adecuado de las exigencias académicas y logra mantener un equilibrio emocional frente a los desafíos estudiantiles. Por otro lado, el 43% de los estudiantes, correspondiente a 118 participantes, reporta un nivel medio de agotamiento emocional. Este porcentaje mayoritario indica que, aunque algunos estudiantes logran sobrellevar las demandas académicas, todavía experimentan episodios de estrés emocional que afectan su rendimiento y bienestar. Finalmente, el 21% de los estudiantes, equivalente a 58 participantes, refleja un nivel alto de agotamiento emocional. Este grupo enfrenta una situación preocupante, caracterizada por sentimientos de agotamiento constante, falta de motivación y estrés asociado al entorno escolar. Esta condición puede tener efectos adversos significativos tanto en su desempeño académico como en su salud mental general. Finalmente, es imprescindible implementar estrategias para prevenir y gestionar el agotamiento emocional en la comunidad educativa. Se recomienda desarrollar programas de educación emocional que incluyan talleres sobre manejo del estrés, organización del tiempo y

técnicas de relajación para los estudiantes. Además, resulta esencial ofrecer apoyo psicológico individualizado a aquellos estudiantes que presentan niveles altos de agotamiento emocional, con el fin de abordar sus necesidades específicas y reducir el impacto de esta condición en su desarrollo integral.

Tabla 4

Nivel de ciberbullying escolar

	<u>Fi</u>	<u>%</u>
Bajo	245	89%
Medio	30	11%
Alto	0	0%
Total	275	100%

Nota. Extraído de SPSS v. 25, Fi: frecuencia, %: porcentaje

En los resultados de la Tabla 4, se observó que el 89% de los estudiantes, correspondiente a 245 participantes, se ubica en un nivel bajo de ciberbullying escolar. Este grupo reporta haber experimentado escasos episodios de acoso virtual o no haber sido significativamente afectados por esta problemática. Por otro lado, el 11% de los estudiantes, equivalente a 30 participantes, se encuentra en un nivel medio, lo que indica que, aunque no es una problemática extendida en la mayoría, existen estudiantes que han enfrentado situaciones de acoso en línea de manera ocasional, lo cual podría tener un impacto emocional y social. Cabe destacar que ningún estudiante fue clasificado en el nivel alto de ciberbullying escolar, lo que sugiere que, en general, la incidencia de acoso virtual en esta población es relativamente baja.

En conclusión, estos resultados subrayan la importancia de continuar implementando estrategias preventivas y mecanismos de intervención temprana para garantizar que todos los estudiantes puedan desarrollarse en un entorno libre de acoso virtual.

Tabla 5*Tipo de rol del instrumento de ciberbullying escolar (ICIB)*

Tipo de rol	Fi	%
Agresor	0	0%
Víctimas	7	3%
Espectador	25	9%
Ningún rol	243	88%
Total	275	100%

Nota. Extraído de SPSS v. 25, Fi: frecuencia, %: porcentaje

En los resultados de la Tabla 5, se observó que el 88% de los estudiantes, equivalente a 243 participantes, no desempeña ningún rol en estas dinámicas, lo que indica que la mayoría no está involucrada como agresores, víctimas ni espectadores en situaciones de acoso virtual. Esto refuerza la idea de un entorno digital mayormente seguro y libre de conductas disruptivas. El 9%, correspondiente a 25 participantes, se identificó como espectadores, lo que indica que algunos han presenciado ciberbullying sin participar directamente, y el 3%, equivalente a 7 participantes, como víctimas, mostrando que un pequeño grupo ha experimentado situaciones que podrían impactar su bienestar emocional. No se reportaron estudiantes en el rol de agresores, lo que refuerza la baja incidencia de ciberbullying en esta población.

Tabla 6*Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov*

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Variable Cyberbullying	0.111	275	.001
Dimensión Víctima	0.527	275	.001
Dimensión Agresor	0.234	275	.001
Dimensión Espectador	0.438	275	.001
Variable Bienestar Psicológico	0.096	275	.001
Dimensión Control de Situaciones	0.483	275	.001
Dimensión Vínculos Psicosociales	0.511	275	.001
Dimensión Proyectos	0.391	275	.001
Dimensión Aceptación Sí	0.176	275	.001
Cansancio Emocional	0.080	275	.001

Nota. Extraído de SPSS v. 25

En la Tabla 6, se presentan los resultados de la prueba de normalidad realizada para cada factor utilizando el método de Kolmogorov-Smirnov. Esta prueba fue empleada debido al tamaño de la muestra, que superaba los 50 sujetos. Además, se evidenció que el *p*-valor de los factores analizados fue inferior al nivel de significancia establecido, lo que permitió concluir que los datos no seguían una distribución normal. Por consiguiente, se determinó que el contraste de hipótesis se realizaría mediante la prueba no paramétrica rho de Spearman.

Tabla 7

Matriz de correlación de las variables

		Bienestar psicológico	Agotamiento emocional	Ciberbullying
Bienestar psicológico	Coefficiente de correlación	1.000	-.997**	-.994**
	Sig. (bilateral)		<i>p</i> -valor .001	.001
	N	275	275	275
Agotamiento emocional	Coefficiente de correlación	-.997**	1.000	-.997**
	Sig. (bilateral)	<i>p</i> -valor .001		.001
	N	275	275	275
Ciberbullying	Coefficiente de correlación	-.994**	-.997**	1.000
	Sig. (bilateral)	<i>p</i> -valor .001	<i>p</i> -valor .001	
	N	275	275	275

Nota. La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

En la Tabla 7, se presentó la correlación entre el bienestar psicológico y el agotamiento emocional, estudiada en un grupo de 275 estudiantes. Se evidenció un coeficiente de correlación negativa muy fuerte de $-.997$, lo que confirmó que, a medida que aumentó el bienestar psicológico, el agotamiento emocional disminuyó considerablemente. El *p*-valor obtenido fue 0.001, inferior al nivel de significancia del 5%, lo que verificó la significancia estadística de esta relación. Estos hallazgos destacaron la importancia de abordar ambas variables de forma conjunta, ya que mejorar el bienestar psicológico redujo significativamente el agotamiento emocional en los alumnos.

A continuación, se presentó la correlación entre el bienestar psicológico y el ciberbullying, analizada en una muestra de 275 estudiantes. Se evidenció un coeficiente de correlación negativa muy fuerte de $-.994$, lo que indicó que, a medida que se incrementó el bienestar psicológico, la incidencia de ciberbullying disminuyó considerablemente. El *p*-valor

obtenido fue 0.001, inferior al nivel de significancia del 5%, lo que confirmó la significancia estadística de esta relación. Estos resultados subrayaron la importancia de abordar ambas variables de manera conjunta, ya que fomentar el bienestar psicológico contribuyó significativamente a reducir la incidencia del ciberbullying en los estudiantes.

Para finalizar, se presentó la correlación entre el ciberbullying y el agotamiento emocional, analizada en una muestra de 275 estudiantes. Se evidenció un coeficiente de correlación positiva muy fuerte de .997, lo que indicó que, a medida que aumentó la incidencia del ciberbullying, también lo hizo el agotamiento emocional de manera significativa. El p -valor obtenido fue 0.001, inferior al nivel de significancia del 5%, lo que confirmó que esta relación es estadísticamente significativa. Estos resultados destacaron la necesidad de abordar ambas problemáticas de forma conjunta, ya que reducir la incidencia del ciberbullying podría tener un impacto directo en la disminución del agotamiento emocional en los estudiantes.

Discusión

En este apartado se presentan los hallazgos obtenidos sobre el bienestar psicológico, el agotamiento emocional y el ciberbullying en estudiantes de un centro educativo de la ciudad de Arequipa. El análisis se centró en determinar cómo se relacionaron estas variables y en describir sus niveles, en concordancia con los objetivos específicos planteados, además de concordar o diferir con estudios previos para enriquecer su interpretación.

Respecto al objetivo general, determinar cómo se relaciona el bienestar psicológico, agotamiento emocional y el ciberbullying en estudiantes de nivel secundario de escuelas públicas de la ciudad de Arequipa. Los resultados señalaron que, se evidenció una correlación negativa muy fuerte de -0.997 , lo que confirmó que, a medida que aumentó el bienestar psicológico, el agotamiento emocional disminuyó significativamente. Este resultado resalta la importancia de fortalecer el bienestar psicológico para mitigar el agotamiento emocional en los estudiantes. Los resultados de este estudio, que muestran una correlación negativa muy fuerte entre bienestar psicológico y agotamiento emocional, concuerdan con Dionicio (2019), quien encontró altos niveles de agotamiento emocional en estudiantes universitarios, asociando este estado con una baja percepción de bienestar. También se alinean con Ortega y Carrascosa (2018), quienes señalaron que el malestar psicológico generado por situaciones de estrés, como el ciberbullying, puede contribuir a una menor percepción de bienestar y al aumento del agotamiento emocional. Esto reafirma la necesidad de fortalecer el bienestar psicológico para mitigar el agotamiento emocional en los estudiantes.

Así mismo, se halló una correlación negativa muy fuerte de -0.994 , lo que confirmó que, un mayor bienestar psicológico disminuyó el ciberbullying, de esta manera se subraya la necesidad de fomentar el bienestar psicológico como estrategia clave para reducir el impacto del acoso en línea. Se concuerda con, Moya y Moreta (2022), quienes identificaron que el ciberbullying predice dificultades en la regulación emocional, afectando negativamente el

bienestar psicológico de los adolescentes. Asimismo, coincide con Pino (2022) y Benites (2022), quienes encontraron relaciones inversas entre estas variables, destacando que el ciberbullying reduce significativamente el bienestar psicológico. Sin embargo, este resultado difiere de Darawsheh (2023), quien reportó un grado leve de relación entre estas variables, probablemente debido a diferencias en la población estudiada o los métodos empleados.

A su vez, se encontró una correlación positiva muy fuerte de .997, lo que demostró que, a medida que aumentó la incidencia del ciberbullying, también lo hizo el agotamiento emocional. Este hallazgo destaca la relevancia de abordar el ciberbullying para disminuir los niveles de agotamiento emocional en los estudiantes. Así mismo, se coincide con Ortega y Carrascosa (2018) y Prada Chapoñan et al. (2020), quienes describieron que el ciberbullying genera sobrecarga emocional, elevando los niveles de estrés, ansiedad y neuroticismo en los estudiantes. Además, Hellfeldt et al. (2020) observaron que las víctimas de ciberbullying presentan mayores síntomas de ansiedad y menor bienestar subjetivo, lo que está relacionado con el agotamiento emocional. Estos resultados refuerzan la idea de que el ciberbullying incrementa significativamente el agotamiento emocional, destacando la urgencia de abordar esta problemática. Los hallazgos resaltaron la importancia de haber abordado el bienestar psicológico, el agotamiento emocional y el ciberbullying de manera integral en el entorno escolar. Las correlaciones identificadas demostraron cómo el fortalecimiento del bienestar psicológico mitigó el agotamiento emocional y redujo el impacto del ciberbullying. Esto subrayó la necesidad de haber implementado estrategias preventivas y educativas que promovieran la salud mental y emocional en los estudiantes debido a la importancia de este enfoque resultó fundamental el aporte para la creación de entornos educativos más saludables y protectores, especialmente en contextos como el arequipeño, donde estas problemáticas tuvieron un impacto significativo.

En relación al primer objetivo específico, describir los niveles de bienestar psicológico de los estudiantes de nivel secundario de escuelas públicas de la ciudad de Arequipa en el año 2023. La mayoría de los estudiantes 70% presenta un nivel bajo de bienestar psicológico, reflejando dificultades emocionales significativas, mientras que un 28% alcanza un nivel medio con capacidades moderadas para afrontar desafíos. Solo un 1% reporta un nivel alto, evidenciando la necesidad de implementar estrategias que fortalezcan el bienestar emocional y promuevan el desarrollo integral de la población estudiantil. Estos hallazgos concuerdan con Pino (2022) y Benites (2022), quienes encontraron niveles bajos de bienestar psicológico en adolescentes y destacaron su relación inversa con el ciberbullying. Asimismo, difieren parcialmente de Darawsheh (2023), quien identificó una relación leve entre estas variables, ya que en nuestro estudio los niveles bajos de bienestar son más pronunciados. La baja representación de estudiantes con bienestar psicológico alto subraya la necesidad de estrategias que fomenten el desarrollo integral y la resiliencia emocional, alineándose con Ortega y Carrascosa (2018), quienes destacan la importancia de fortalecer el bienestar para reducir el impacto de factores negativos. Estos resultados reflejan una preocupante realidad en los estudiantes de nivel secundario, donde los bajos niveles de bienestar psicológico son predominantes. Esto subraya la urgencia de implementar intervenciones psicoeducativas que fortalezcan la resiliencia emocional y el desarrollo integral, especialmente en contextos escolares como el de Arequipa, donde estas dificultades pueden impactar significativamente el desempeño académico y la calidad de vida de los adolescentes.

En relación al segundo objetivo específico, describir los niveles de agotamiento emocional de los estudiantes de nivel secundario de escuelas públicas de la ciudad de Arequipa en el año 2023. El 36% de los estudiantes presenta un nivel bajo de agotamiento emocional, mostrando un adecuado manejo de las exigencias académicas. Sin embargo, el

43% se encuentra en un nivel medio, lo que refleja episodios de estrés emocional que afectan su bienestar. Un 21% enfrenta un nivel alto de agotamiento emocional, situación preocupante por sus posibles efectos adversos en el desempeño académico y la salud mental, destacando la necesidad de intervenciones que reduzcan esta problemática. Estos resultados concuerdan con Dionicio (2019), quien encontró una prevalencia significativa de agotamiento emocional en estudiantes y lo asoció con factores académicos y personales. También coinciden con Prada et al. (2020), quienes reportaron que el ciberbullying y el estrés emocional incrementan el agotamiento en adolescentes. Sin embargo, difieren en intensidad respecto a Ortega y Carrascosa (2018), quienes enfatizan un impacto más severo en el agotamiento asociado al malestar psicológico. Estos resultados destacan la importancia de implementar intervenciones para prevenir niveles altos de agotamiento emocional, especialmente en estudiantes en entornos escolares exigentes. Estos hallazgos resaltan la importancia de monitorear y gestionar el agotamiento emocional en estudiantes, especialmente aquellos en niveles medio y alto, donde el impacto en su bienestar psicológico y rendimiento académico es más significativo. La correlación con factores como el estrés y el ciberbullying subraya la necesidad de implementar programas preventivos y de apoyo emocional en los entornos escolares de Arequipa, promoviendo un equilibrio saludable entre las demandas académicas y el bienestar mental de los adolescentes.

En relación al tercer objetivo específico, describir los niveles de ciberbullying de los estudiantes de nivel secundario de escuelas públicas de la ciudad de Arequipa en el año 2023. El 89% de los estudiantes se encuentra en un nivel bajo de ciberbullying escolar, evidenciando una incidencia mínima de esta problemática en la mayoría de la población. Sin embargo, el 11% reporta un nivel medio, lo que indica casos ocasionales que pueden afectar emocional y socialmente a algunos estudiantes. No se registraron casos en el nivel alto, lo que refuerza la necesidad de mantener estrategias preventivas y mecanismos de intervención

para garantizar un entorno escolar libre de acoso virtual. Estos hallazgos difieren de Moya y Moreta (2022) y Benites (2022), quienes reportaron una alta prevalencia de ciberbullying en adolescentes, especialmente en varones. Sin embargo, concuerdan con Hellfeldt et al. (2020), quienes observaron que algunos grupos escolares presentan niveles bajos de ciberbullying, aunque con casos específicos que pueden tener un impacto significativo en las víctimas. La baja incidencia en este estudio subraya la importancia de mantener estrategias preventivas para garantizar un entorno libre de acoso virtual, alineándose con Marly et al. (2019), quienes destacan el impacto negativo del ciberbullying en las relaciones interpersonales y el bienestar emocional. Los resultados hallados son positivos, ya que reflejan una baja incidencia de ciberbullying en la mayoría de los estudiantes. Sin embargo, el 11% con nivel medio merece atención, dado que incluso casos ocasionales pueden afectar significativamente el bienestar emocional y social de los afectados. Este panorama destaca la importancia de fortalecer y mantener estrategias preventivas en las escuelas públicas de Arequipa, garantizando entornos virtuales seguros y promoviendo una convivencia saludable que prevenga el impacto negativo del ciberbullying en las relaciones interpersonales y el bienestar estudiantil.

El hallazgo más significativo fue la correlación negativa entre el bienestar psicológico y el agotamiento emocional de los estudiantes. En ese sentido, mejorar el bienestar psicológico reduce significativamente el agotamiento emocional, lo que también disminuye los efectos del ciberbullying encontrados en los resultados. Los estudiantes con mayor bienestar emocional muestran mayor resiliencia frente a las adversidades que se les presentan en sus rutinas diarias, lo que les permite manejar mejor el estrés y el acoso en línea. Este hallazgo resalta la importancia de fortalecer el bienestar psicológico en los estudiantes para mitigar tanto el agotamiento emocional como el impacto del ciberbullying en el ámbito educativo.

Este estudio es importante, ya que proporciona evidencia sólida de que, al abordar

estos factores de manera integral, se pueden generar mejoras significativas en la calidad de vida de los estudiantes. Además, destaca la necesidad de implementar programas de apoyo emocional y salud mental en las escuelas, contribuyendo al desarrollo de un entorno educativo más saludable y protector. Al promover la salud mental y el bienestar psicológico, no solo se favorece el rendimiento académico de los estudiantes, sino que también se les prepara mejor para enfrentar desafíos emocionales y sociales a lo largo de su vida.



Conclusiones

Primero: Se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre agotamiento emocional, ciberbullying y bienestar psicológico; además de una correlación positiva muy fuerte entre ciberbullying y agotamiento emocional en estudiantes de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de Arequipa.

Segundo: La mayoría de los estudiantes presenta un nivel bajo de bienestar psicológico. De igual modo, un grupo reducido de estudiantes alcanza un nivel medio de bienestar psicológico. Finalmente, solo una pequeña proporción reporta un nivel alto de bienestar psicológico.

Tercero: La mayoría de estudiantes presenta un nivel bajo de agotamiento emocional. Así mismo, un grupo considerable de estudiantes se encuentra en un nivel medio de agotamiento emocional. Además, se identificó que un grupo reducido enfrenta niveles altos de agotamiento emocional,

Cuarto: La mayoría de los estudiantes reporta un nivel bajo de ciberbullying escolar, lo que sugiere que, la incidencia de esta problemática es mínima dentro de la población estudiada. Sin embargo, se registraron casos en un nivel medio, los cuales reflejan la presencia de episodios esporádicos de ciberacoso.

Sugerencias

Primero: Se sugiere al director del centro educativo organizar con el psicólogo educativo charlas mensuales dirigidas a los estudiantes, enfocadas en el manejo del estrés, el fortalecimiento de la autoestima y la promoción de prácticas que permitan a los estudiantes identificar y prevenir el ciberbullying.

Segundo: Se recomienda al director implementar un espacio denominado "Hora del Bienestar", elaborado por el psicólogo escolar en base a la necesidad de promover el bienestar escolar a través de actividades como ejercicios de relajación y dinámicas grupales.

Tercero: Se propone al director incorporar un programa de técnicas de respiración y relajación entre las clases, administradas por los docentes con el apoyo y supervisión del psicólogo educativo. Estas pausas activas aliviarán tensiones, mejorarán la concentración y fomentarán hábitos saludables dentro del entorno escolar.

Cuarto: Se sugiere al director coordinar con el psicólogo educativo para el establecimiento de un buzón anónimo, para que los estudiantes puedan reportar casos de ciberbullying o solicitar apoyo de manera confidencial. Este recurso debería complementarse con talleres educativos sobre el uso responsable de las redes sociales, orientados a prevenir el ciberbullying y a fomentar un entorno virtual seguro y respetuoso.

Limitaciones

Primero: El estudio se limitó al tamaño y representatividad de la muestra, al trabajar únicamente con estudiantes de nivel secundario de una escuela pública de Arequipa. Esto restringe la generalización de los resultados a otras instituciones, contextos socioeconómicos y regiones, afectando su aplicabilidad a poblaciones más amplias.

Segundo: Este estudio tuvo como limitación la ausencia de consentimiento informado hacia los padres o apoderados de las participantes. Aunque se tomaron medidas para garantizar el anonimato y la confidencialidad de los datos, la falta de un proceso formal de consentimiento podría plantear cuestionamientos éticos y afectar la percepción de validez del estudio. Esta omisión se debió a la inaccesibilidad hacia el contacto con los padres o apoderados porque la administración de las pruebas se hizo a través de formularios digitales.

Tercero: En relación a la administración de los instrumentos este estudio también supone como limitación la naturaleza de la misma, porque en gran parte fueron las estudiantes quienes respondieron los cuestionarios de forma remota y asincrónica, mientras que otro grupo fue supervisado y asistido en una aplicación presencial en salones de usos múltiples provistos por la institución educativa, limitación que supone un sesgo en relación a los resultados obtenidos.

Referencias

- Alonso, C., Romero, E., y Vilar, C. A. (2020). Estudio longitudinal de predictores y consecuencias del ciberacoso en adolescentes españoles. In *Behavioral Psychology / Psicología Conductual* (Vol. 28).
- Astorga-Aguilar, C., y Schmidt-Fonseca, I. (2019). Social networks dangers: How to educate our childs in cybersecurity. *Revista Electronica Educare*, 23(3), 1–24.
<https://doi.org/10.15359/ree.23-3.17>
- Balakrishnan, V., Khan, S., y Arabnia, H. R. (2020). Improving cyberbullying detection using Twitter users' psychological features and machine learning. *Computers and Security*, 90. <https://doi.org/10.1016/j.cose.2019.101710>
- Baquero, A., y Avendaño, B. L. (2015). Diseño y análisis psicométrico de un instrumento para detectar presencia de cyberbullying en un contexto escolar. *Psychology, Society, y Education*, 7(2), 213. <https://doi.org/10.25115/psye.v7i2.534>
- Barreto Osama, D., y Salazar Blanco, H. A. (2020). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Universidad y Salud*, 23(1), 30–39.
<https://doi.org/10.22267/rus.212301.211>
- Barreto-Osma, D., y Salazar-Blanco, H. (2021). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Universidad y Salud*, 23(1), 30–39.
<https://doi.org/10.22267/RUS.212301.211>
- Bastidas Velandia, M. A. B. V., Bazurto, S., Bedoya, N., Barrionuevo, N., y Artos, S. (2021). cyberbullying en los adolescentes y su incremento por las nuevas tecnologías. *Kronos – The Language Teaching Journal*, 2(1), 50–59.
<https://doi.org/10.29166/kronos.v2i1.3023>

Benites, K. E. (2022). *Cyberbullying y bienestar psicológico en adolescentes del distrito de Comas, 2021* [[Tesis de titulación, Universidad Cesar Vallejo]].

<https://hdl.handle.net/20.500.12692/83966>

Calapaqui, C. (2019). *Cyberbullying en estudiantes de décimo año en la Unidad Educativa Manuela Cañizares* [[Tesis de titulación, Universidad Central del Ecuador]].

<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/19145>

Canchila Arrieta, E. M., Hoyos de los Ríos, O. L., y Valega Mackenzie, S. J. (2022). Caracterización de los mecanismos de desconexión moral en escolares que asisten a una Institución Educativa pública del Departamento de Sucre- Colombia. *Zona Próxima*, 29, 23–31. <https://doi.org/10.14482/zp.29.0003>

Cardoso G, D. P. L. (2017). Bullying y Cyberbullying: Un estudio comparativo con adolescentes escolarizados. *Revista Mexicana de Psicología*, 34(2), 101–109.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243057743003>

Carhuayal, M. P., y Walter, J. (2022). *Funcionalidad familiar y cyberbullying escolar en adolescentes de Lima Metropolitana, 2022*.

Castelli Olvera, A. K., y Valles Ruiz, R. M. (2018). Del aula a las redes sociales:

Cyberbullying en dos universidades de Pachuca, Hidalgo (México). *ÁNFORA*, 25(44), 233–254. <https://doi.org/10.30854/anf.v25.n44.2018.469>

Casullo, M. M., y Solano, A. C. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de psicología*, 18(1), 35-68.

Chalco-Fernández, J. (2021). Panorama de la investigación del cyberbullying escolar en la educación básica peruana, decenio 2010-2020. *Revista Educación*, 19(19), 11–31.

<https://doi.org/https://doi.org/10.51440/unsch.revistaeducacion.2021.19.188>

- Chaves-Álvarez, A. L., Morales-Ramírez, M. E., y Villalobos-Cordero, M. (2020). Cyberbullying from students' perspective: "What we live, see and do." *Revista Electronica Educare*, 24(1), 1–24. <https://doi.org/10.15359/ree.24-1.3>
- Cheng, X., Bao, Y., y Zarifis, A. (2020). Investigating the impact of IT-mediated information interruption on emotional exhaustion in the workplace. *Information Processing y Management*, 57(6), 102281. <https://doi.org/10.1016/J.IPM.2020.102281>
- Chun, J. S., Lee, J., Kim, J., y Lee, S. (2020). An international systematic review of cyberbullying measurements. *Computers in Human Behavior*, 113. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106485>
- Correa, A., Cuevas, M., y Villaseñor, M. (2016). *Bienestar psicológico, metas y rendimiento académico*.
- Cortés, A. F. M., de los Ríos, O. L. H., y Pérez, A. S. (2019). Risk and protective factors related to cyberbullying among adolescents: A systematic review. *Papeles Del Psicologo*, 40(2), 109–124. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2019.2899>
- Cortéz Vidal, M. C. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo en adolescentes de Trujillo. *Revista CIENCIA Y TECNOLOGÍA*, 12(4), Article 4.
- Cuadra-Peralta, A., Francisco, E., Cáceres, M., y Salazar Guerrero, K. J. (2016). Relación de bienestar psicológico, apoyo social, estado de salud física y mental con calidad de vida en adultos mayores de la ciudad de Arica. *Límite*, 11(35), 56–67. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83646545005>
- Darawsheh, N. (2023). The Impact of Cyber Bullying on the Psychological Well-being of University Students: A Study in Jordanian Universities,. *Information Sciences Letters*, 12(8), 2757-2768. <https://doi.org/10.18576/isl/120826>

Delgado-Galindo, P., Rodríguez-Santero, J., y Torres-Gordillo, J. J. (2021). Improvement of guidance practices: a systematic review of studies on school effectiveness. In *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía* (Vol. 32, Issue 3, pp. 93–111). Univ Nacional de Educacion a Distancia (UNED).

<https://doi.org/10.5944/REOP.VOL.32.NUM.3.2021.32557>

Delgado-Gutierrez, P., Chicana-Huanca, S., Callinaupa-Quispe, G., y Gutierrez-Aguilar, O. (2022). Factors influencing extroversion and introversion mediated by cyberbullying in male and female high school students. CONTIE 2022 - 5th International Conference on Inclusive Technologies and Education and the 2nd International Conference of the Project Promoting Accessibility of Students with Disability to Higher Education in Cuba, Costa Rica and Dominican Republic. Scopus.

<https://doi.org/10.1109/CONTIE56301.2022.10004429>

Delgado-Gutierrez, P., Rojas-Carrera, O., Gutierrez-Aguilar, A., y Gutierrez-Aguilar, O. (2021). Influence of masculinity and femininity, family dysfunction and extroversion and introversion on the role of aggressor victim and spectator in Cyberbullying. 76-81. <https://doi.org/10.1109/CONTIE54684.2021.00022>

Ding, Z., Liu, W., Zhang, G., y Wang, H. (2018). *Supervisor Narcissism and Time Theft: Investigating the Mediating Roles of Emotional Exhaustion and the Moderating Roles of Attachment Style*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02215>

Dionicio, A. T. (2019). *Evaluación del agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal en estudiantes de odontología de la Universidad Norbert Wiener* [[Tesis de titulación, Universidad Norbert Wiener]].

<http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/2945>

- Dominguez-Lara, S. A. (2018). Academic emotional exhaustion in university students: How much is it influenced by cognitive emotion regulation strategies? *Educacion Medica*, 19(2), 96–103. <https://doi.org/10.1016/J.EDUMED.2016.11.010>
- Dominguez-Lara, S. A., y Merino-Soto, C. (2019). Medición con Ítem Único del Agotamiento Emocional Académico en Estudiantes Universitarios Peruanos: Evidencias de Validez y Confiabilidad. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluacion Psicologica*, 51(1), 45–56. <https://doi.org/10.21865/RIDEP50.1.04>
- Echeverría, R. E., Paredes Guerrero, L., Marine, N., Alamilla, E., David, C., Trujillo, C., Diódora, M., Chim, K., Luis, J., Cutz, B., y Quintal López, R. (2018). *Caracterización del hostigamiento y acoso sexual, denuncia y atención recibida por estudiantes universitarios mexicanos Characterization of Harassment and Sexual Harassment, Complaint and Attention Received by Mexican University Students*. 27(2), 1–12. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2019.52307>
- Epelde-Larrañaga, A., Estrada-Vidal, L. I., y Chacón-Borrego, F. (2022). Factores predictivos en el perfil de los jóvenes que interactúan en una situación de acoso en entornos escolares. *European Scientific Journal, ESJ*, 18(5), 117. <https://doi.org/10.19044/esj.2022.v18n5p117>
- Ferrer, C. (2020). El optimismo y su relación con el bienestar psicológico. *Revista Científica Arbitrada de La Fundación MenteClara*, 5. <https://doi.org/10.32351/rca.v5.199>
- Fuentes, E. A., Carvallo, P. R., y Poblete, S. R. (2020). Bullying as a risk factor for depression and suicide. *Revista Chilena de Pediatría*, 91(3), 432–439. <https://doi.org/10.32641/rchped.v91i3.1230>
- García-Torres, M., Aguilar-Castro, A. de J., y García-Méndez, M. (2021). Bienestar psicológico y burnout en personal de salud durante la pandemia de COVID-19.

Escritos de Psicología - Psychological Writings, 14(2), 96–106.

<https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v14i2.13618>

Gázquez, J., Molero, M. del M., Pérez, M. del C., Martos, Á., Simón, M., Barragán, A., y Sisto, M. (2018). *La convivencia escolar: Un acercamiento multidisciplinar: Vol. III. ASUNIVEP*.

Geng, J., Bao, L., Wang, H., Wang, J., Wei, X., y Lei, L. (2022). The relationship between childhood maltreatment and adolescents' cyberbullying victimization: The new phenomenon of a "cycle of victimization". *Child Abuse y Neglect*, 134, 105888.

<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2022.105888>

Gila. (2018, July 12). *El agotamiento emocional causas, síntomas y soluciones*.

<https://www.ela.org.mx/2018/07/el-agotamiento-emocional/>

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Editorial Mc Graw Hill. Recuperado de: <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wpcontent/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.Pdf>.

Gomez, B. N., y Ramos, K. A. (2022). Propiedades psicométricas del inventario para detectar cyberbullying ICIB en adolescentes estudiantes de Lima Metropolitana [Universidad Cesar Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/82041>

González, M. T., y Landero, R. (2007). Escala de agotamiento emocional (ECE) para estudiantes universitarios: Propiedades psicométricas en una muestra de México. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 23(2), 253-257.

González, O. U. R., Aguirre, E. I., y Peñuelas, S. A. P. (2023). Self-concept, school adjustment and emotional exhaustion in students attending an online high school

program. *Ciencias Psicológicas*, 17(1). Scopus.

<https://doi.org/10.22235/cp.v17i1.2912>

Hellfeldt, K., López-Romero, L., y Andershed, H. (2020). Cyberbullying and Psychological Well-being in Young Adolescence: The Potential Protective Mediation Effects of Social Support from Family, Friends, and Teachers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), Article

1. <https://doi.org/10.3390/ijerph17010045>

Herrera-López, M., Romera, E. M., Ortega-Ruiz, R., y Herrera, M. (2018). BULLYING Y CYBERBULLYING EN LATINOAMÉRICA. In *Revista Mexicana de Investigación Educativa RMIE* (Vol. 23).

Huang, T. Y., y Lin, C. P. (2020). Is Paternalistic Leadership a Double-Edged Sword for Team Performance? The Mediation of Team Identification and Emotional Exhaustion.

Https://Doi.Org/10.1177/1548051820979648, 28(2), 207–220.

<https://doi.org/10.1177/1548051820979648>

International Labour Organization. Labour Administration, L. I. and O. S. and H. Branch. (2016). *Estrés en el trabajo: un reto colectivo*. OIT.

Iranzo, B., Buelga, S., Cava, M. J., y Ortega-Barón, J. (2019). Cyberbullying, psychosocial adjustment, and suicidal ideation in adolescence. *Psychosocial Intervention*, 28(2),

75–81. <https://doi.org/10.5093/pi2019a5>

Jacobo-Galicia, G., Máynez Guaderrama, A. I., y Cavazos-Arroyo, J. (2021). Miedo al Covid, agotamiento y cinismo: su efecto en la intención de abandono universitario. *European Journal of Education and Psychology*, 14(1), 1–18.

<https://doi.org/10.32457/EJEP.V14I1.1432>

Kammeyer-Mueller, J. D., Simon, L. S., y Judge, T. A. (2013). A Head Start or a Step Behind? Understanding How Dispositional and Motivational Resources Influence

Emotional Exhaustion. <https://doi.org/10.1177/0149206313484518>, 42(3), 561–

581. <https://doi.org/10.1177/0149206313484518>

Katrin Arens, A., y Morin, A. J. S. (2016). Relations between teachers' emotional exhaustion and students' educational outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 108(6), 800–813. <https://doi.org/10.1037/EDU0000105>

Lara, S. A. D. (2014). Escala de Agotamiento Emocional: Estructura factorial y validez de los ítems en estudiantes de una universidad privada. *Avances en Psicología*, 22(1), 89-97.

Lee, M., Lee, K. J., Lee, S. M., y Cho, S. (2020). From emotional exhaustion to cynicism in academic burnout among Korean high school students: Focusing on the mediation effects of hatred of academic work. *Stress and Health*, 36(3), 376–383.

<https://doi.org/10.1002/SMI.2936>

Lucas-Molina, B., Pérez-Albéniz, A., Solbes-Canales, I., Ortuño-Sierra, J., y Fonseca-Pedrero, E. (2021). Bullying, Cyberbullying and Mental Health: The Role of Student Connectedness as a School Protective Factor. *Psychosocial Intervention*, 31(1), 33–41. <https://doi.org/10.5093/PI2022A1>

Lucio-López, L. A., Prieto Quezada, M. T., y Carrillo Navarro, J. C. (2018).

Manifestaciones de violencias entre alumnos de educación superior: Los usos del WhatsApp. *Alteridad*, 13(2), 204–213. <https://doi.org/10.17163/alt.v13n2.2018.04>

Luna, D., Figuerola-Escoto, R. P., Contreras-Ramírez, J., Sienna-Monge, J. J. L., Navarrete-Rodríguez, E. M., Serret Montoya, J., Castañeda Peña, P., y Meneses-González, F. (2020). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) en una muestra mexicana. *Psicodebate*, 20(1), 43-55. <https://doi.org/10.18682/pd.v20i1.957>

- Luthra, S., Agrawal, S., Kumar, A., Sharma, M., Joshi, S., y Kumar, J. (2023). Psychological well-being of young adults during COVID-19 pandemic: Lesson learned and future research agenda. *Heliyon*, 9(5), e15841.
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e15841>
- Marly, B., Alarcón-Vásquez, Y., y Cudris Torres, L. (2019). *Bienestar psicológico en adolescentes colombianos*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?>
- Martínez-Líbano, J., Yeomans, M., Campusano, N., y Campos, E. (2021). Emotional Exhaustion and Mental Health in a Sample of Chilean Social Science Students During the COVID-19 Pandemic. *Periodicity: Semestral*, 7(2), 2021.
<http://portal.amelica.org/ameli/journal/123/12322267009/>
- Mendoza Mansilla, R. A., y Silvera Ramos, J. M. (2022). *Cyberbullying y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana*.
- Mollo, J. P., Larrain, E., y Garaigordobil Landazabal, M. (2018). Prevalencia de Bullying y Cyberbullying en Latinoamérica: Una revisión. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 11(3), 1-18.
- Morales-Reynoso, T., y Serrano-Barquín, C. (2014). *Manifestaciones del cyberbullying por género entre los estudiantes de bachillerato*. 235–261.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46132726010>
- Moreta, R., Gabior, I., y Barrera, ; Lía. (2017). Psychological well-being and satisfaction with life as predictors of social welfare in a sample of Ecuadorian University Students. *Salud y Sociedad*. <https://doi.org/10.22199/S07187475.2017.0002.00005>
- Moreta-Herrera, R., Vaca-Quintana, D., Quistgaard-Álvarez, A., Merlyn-Sacoto, M. F., y Dominguez-Lara, S. (2022). Análisis psicométrico de la Escala de Agotamiento

Emocional en estudiantes universitarios ecuatorianos durante el brote de COVID-

19. *Ciencias Psicológicas*, 16(1), 2755. <https://doi.org/10.22235/CP.V16I1.2755>

Moya-Solís, A., y Moreta-Herrera, R. (2022a). Victims of cyberbullying and its influence on Emotional Regulation Difficulties in adolescents in Ecuador. *Psychology, Society and Education*, 14(1), 67–75. <https://doi.org/10.21071/PSYE.V14I1.14066>

Moya-Solís, A., y Moreta-Herrera, R. (2022b). Victims of cyberbullying and its influence on Emotional Regulation Difficulties in adolescents in Ecuador. *Psychology, Society and Education*, 14(1), 67–75. <https://doi.org/10.21071/PSYE.V14I1.14066>

Narváez, J. H., Obando-Guerrero, L. M., Hernández-Ordoñez, K. M., y Cruz-Gordon, E.

K. D. la. (2021). *Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios*. *Universidad y salud*, 23(3), 207-216.

Ortega-Barón, J., y Carrascosa, L. (2018). Malestar psicológico y apoyo psicosocial en víctimas de cyberbullying. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 2(1), 357.

<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2018.n1.v2.1241>

Pancorbo Gonzales, J. G., y Vasquez Porta, L. O. (2020). Violencia familiar, alteración del comportamiento y agotamiento emocional en escolares adolescentes de Lima.

Peña, F., Rojas, J., y García-Sánchez, P. (2018). *Uso problemático de internet, cyberbullying y ciber-violencia de pareja en jóvenes universitarios*.

<https://doi.org/https://doi.org/10.15332/s1794-9998>

Pereira, M., Fernandes, O. M., y Relva, I. C. (2022). Cyberbullying, Suicidal Ideation and Parent-Child Communication in Adolescents and Young Adults. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 40(2), 1–20.

<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.10894>

- Pino, F. (2022). *Cyberbullying y el Bienestar Psicológico en Estudiantes de Secundaria en una Institución Educativa de Tacna, Tacna - 2022* [[Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/100537>
- Pizarro Garcia, L. Y., y Zevallos Valenzuela, L. (2022). Síndrome de burnout y salud mental positiva en docentes de escolares, Lima Metropolitana 2022.
- Prada Chapoñan, R., Navarro-Loli, J. S., y Dominguez Lara, S. (2020). Personalidad y agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios peruanos: un estudio predictivo. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 14(2), e1227. <https://doi.org/10.19083/ridu.2020.1227>
- Prada, R., Navarro, J., y Domínguez, S. (2020). Personalidad y agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios peruanos: un estudio predictivo. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 14(2), 1–12. <https://doi.org/10.19083/ridu.2020.1227>
- Quintero Solís, S. I. (2020). El acoso y hostigamiento sexual escolar, necesidad de su regulación en las Universidades Academic sexual harassment and assault, the need for universities regulations. *La Ventana*, 6, 245–271.
- Ramos-Noboa, I., Larzabal-Fernández, A., y Moreta-Herrera, R. (2020). Estructura factorial y fiabilidad del Cyberbullying Questionnaire (CBQ) y su complemento (CBQ-V) en adolescentes ecuatorianos. *Actualidades En Psicología*, 34(128), 35–50. <https://doi.org/10.15517/ap.v34i128.35408>
- Rebora, D. (2021). *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de un colegio público de Lima Metropolitana*.
- Redondo, J., Luzardo-Briceño, M., García-Lizarazo, K. L., y Inglés, C. J. (2017). Impacto psicológico del cyberbullying en estudiantes universitarios: un estudio exploratorio.

Revista Colombiana de Ciencias Sociales, 8(2), 458.

<https://doi.org/10.21501/22161201.2061>

Rodríguez-Otero, L. M., y Cerros-Rodríguez, E. (2021). Sexting as a means of materializing violence: practices and consequences in university students of Nuevo León and Jalisco. *Revista Criminalidad*, 63(3), 203–214.

<https://doi.org/10.47741/17943108.305>

Romera, E. M., Cano, J. J., García-Fernández, C. M., y Ortega-Ruiz, R. (2016). Cyberbullying: competencia social, motivación y relaciones entre iguales. *Grupo Comunicar*, 24(48), 71–79. <https://doi.org/10.3916/C48-2016-07>

Romero, A., Brustad, R., y García, A. (2007). Bienestar psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el deporte. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 2(2), 31–52.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311126258003>

Rosa, Y., y Quiñones, A. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 7–17.

<https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/1772>

Rosales-Ricardo, Y., Rizzo-Chunga, F., Mocha-Bonilla, J., y Ferreira, J. P. (2021). Prevalence of burnout syndrome in university students: A systematic review. *Salud Mental*, 44(2), 91–102. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2021.013>

Sáenz, R. (2018). *Agotamiento emocional y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Técnica Superior*.

Sánchez-Torrejón, B., y Mestre Malfran, Y. (2021). Cyberbullying homofóbico en Educación Primaria: hacia una escuela libre de homofobia. *Hachetepé. Revista Científica de Educación y Comunicación*, 23, 1–12.

<https://doi.org/10.25267/hachetetepe.2021.i23.2202>

- Sandoval Martínez, J., De, A., Casas, G., Ángela Gómez Pérez, M., y Margarita López Aguilar, R. (2022). Estrategias de afrontamiento del cyberbullying en estudiantes de secundaria pública y privada Strategies to cope with cyberbullying among public and private middle school students. *Diálogos Sobre Educación. Temas Actuales En Investigación Educativa*, 1–18. <https://doi.org/10.32870/dse.v0i24.1044>
- Solórzano-Gonzales, P. (2019). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes limeños. *ASUS. Revista De Investigación Y Casos En Salud*, 30–36. <https://doi.org/https://doi.org/10.35626/casus.1.2019.160>
- Tacca, D., y Tacca, A. (2019). Estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de postgrado. *Revista de Investigacion Psicologica*, 37–56. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322019000100004yscript=sci_arttext
- Urbano, E. (2022). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes. *Investigación En Edcucación*, 12(22), 253–262.
- Usán, P., y Salavera, C. (2019). Relación entre orientaciones intrínsecas y burnout académico en estudiantes. *Psicología Escolar e Educativa*, 23. <https://doi.org/10.1590/2175-35392019018061>
- Valle, B. (2021). *Impacto del cyberbullying en la depresión de estudiantes universitarios del distrito de Lima Cyberbullying impact on depression of university students from Lima district*. <https://orcid.org/0000-0001-5775-7838>
- Vásquez-Idrovo, J. H., García-Herrera, D. G., Ochoa-Encalada, S. C., y Erazo-Álvarez, J. C. (2020). Cyberbullying y sus factores de riesgo. *EPISTEME KOINONIA*, 3(1), 577. <https://doi.org/10.35381/e.k.v3i1.1028>
- Vergara, C. (2019). *Ficha s Cyberbullying: más allá del aula*. www.valoras.uc.cl

Vértiz-Osores, J., Vílchez Ochoa, G., Vértiz-Osores, R., Damián-Núñez, E., Chico Tasayco

Universidad Privada San Juan Bautista, H., y Rodríguez-Fuentes, A. (2019).

Malestar docente: reflexiones frente al bajo rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 273–299.

<https://doi.org/10.20511/PYR2019.V7N3.387>

Wang, J., Bu, L., Li, Y., Song, J., y Li, N. (2021). The mediating effect of academic engagement between psychological capital and academic burnout among nursing students during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 102, 104938. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2021.104938>

Zhao, Y., Chu, X., y Rong, K. (2023). Cyberbullying experience and bystander behavior in cyberbullying incidents: The serial mediating roles of perceived incident severity and empathy. *Computers in Human Behavior*, 138, 107484.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107484>

Zhu, C., Huang, S., Evans, R., y Zhang, W. (2021). Cyberbullying Among Adolescents and Children: A Comprehensive Review of the Global Situation, Risk Factors, and Preventive Measures. In *Frontiers in Public Health* (Vol. 9). Frontiers Media S.A.

<https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.634909>

Anexos

Instrumento De Cyberbullying Escolar (ICIB)

Instrumento de Cyberbullying Escolar (ICIB)

(Baquero y Avedaño, 2015)

Instrucciones:

Enseguida se presenta una serie de situaciones que podrían ocurrirte. Lee con atención cada una de ellas y marca una de las siguientes alternativas: 0 = No aplica, 1 = Nunca, 2 = Rara vez, 3 = Pocas veces, 4 = Frecuentemente, 5 = Muy frecuentemente, para indicar qué tan seguido te sucede.

N°	Preguntas	NO APLICA	NUNCA	RARA VEZ	POCAS VECES	FRECUENTEMENTE	MUY FRECUENTEMENTE
1	Utilizo redes sociales para intimidar a otros amenazándolos	0	1	2	3	4	5
2	Publico en las redes sociales los defectos de quienes me caen mal.	0	1	2	3	4	5
3	He subido imágenes ridículas en las redes sociales para burlarme de otros.	0	1	2	3	4	5
4	Encuentro la manera de molestar a otros en las redes sociales	0	1	2	3	4	5
5	Me divierto ridiculizando a otros a través de las redes sociales	0	1	2	3	4	5
6	Tengo la satisfacción de haberme burlado de otros a través de redes sociales	0	1	2	3	4	5
7	He sido perjudicado con información falsa que han publicado sobre mí en las redes sociales.	0	1	2	3	4	5
8	Alguien hackeó mi Facebook y escribe cosas a nombre mío para hacerme quedar mal ante los demás	0	1	2	3	4	5
9	Alguien ha publicado en las redes sociales información acerca de mi vida privada	0	1	2	3	4	5
10	He recibido mensajes de texto ofensivos en mi celular	0	1	2	3	4	5
11	He sido amenazado (a) en las redes sociales	0	1	2	3	4	5
12	Me siento muy mal por las agresiones que he recibido por las redes sociales	0	1	2	3	4	5
13	Mis compañeros saben que en las redes sociales algunas personas se burlan de mí	0	1	2	3	4	5
14	Algunos compañeros usan Facebook para agredir a otros	0	1	2	3	4	5
15	Apoyo a mis compañeros cuando sé que los están molestando por internet	0	1	2	3	4	5
16	Observó con interés las peleas que ocurren en las redes sociales	0	1	2	3	4	5
17	Mis compañeros se involucran en las peleas de los demás en las redes sociales aunque no tengan nada que ver con ellos	0	1	2	3	4	5
18	Existe indiferencia entre mis compañeros cuando agreden a otros en las redes sociales	0	1	2	3	4	5

Escala De Bienestar Psicológico (BIEPS-J)

Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) – Martha Casullo

	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.			
2. Tengo amigos(as) en quien 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, admitirlo.			
6. Me importa pensar que hare en el futuro.			
7. Generalmente 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.			

Escala De Agotamiento Emocional

ESCALA DE CANSANCIO EMOCIONAL

Instrucciones: A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de pensar, sentir y actuar respecto a tus estudios. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

Raras Veces (RV)	Pocas Veces (PV)	Algunas Veces (AV)	Con Frecuencia (CF)	Siempre (S)
1	2	3	4	5

N.	ITEMS	RV	PV	AV	CF	S
1	Los exámenes me producen una tensión excesiva.	1	2	3	4	5
2	Creo que me esfuerzo mucho para lo poco que consigo.	1	2	3	4	5
3	Me siento bajo de ánimo, como triste, sin motivo aparente.	1	2	3	4	5
4	Hay días en que no duermo bien a causa del estudio.	1	2	3	4	5
5	Tengo dolor de cabeza y otras molestias que afectan a mi rendimiento académico.	1	2	3	4	5
6	Hay días en que noto más la fatiga y me falta energía para concentrarme.	1	2	3	4	5
7	Me siento emocionalmente agotado por mis estudios.	1	2	3	4	5
8	Me siento cansado al final de la jornada de estudio.	1	2	3	4	5
9	Estudiar pensando en los exámenes me produce estrés.	1	2	3	4	5
10	Me falta tiempo y me siento desbordado por los estudios.	1	2	3	4	5

¡Gracias por tu colaboración!

Enlace de pruebas psicológicas digitalizadas

<https://forms.gle/C5L1UZAuhBgQsWkv5>



Asentimiento Informado

Estimado/a participante

La presente es una investigación sobre la relación entre el agotamiento emocional, bienestar psicológico y el ciberbullying en estudiantes escolares de nivel secundario de una escuela pública de la ciudad de Arequipa en el presente año 2024. Esta investigación es conducida por Patricio Ángel Delgado Gutiérrez y Sebastián Javier Tala Orrillo, de la Universidad Católica de Santa María.

El objetivo de este estudio es identificar la relación entre agotamiento emocional, bienestar psicológico y el ciberbullying en estudiantes escolares de nivel secundario.

Si usted está de acuerdo en ser parte este estudio, se le pedirá responder preguntas de una encuesta. Esto tomará aproximadamente 15 -20 minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación, manteniendo el anonimato y protegiendo su integridad en todo momento.

Cabe resaltar que contribuirá a generar conocimiento, para promover en los estudiantes factores protectores así mismo aplicar nuevas estrategias de afrontamiento que velen por el bienestar de los estudiantes en los colegios de nivel secundario.

Yo, _____, estoy de acuerdo con mi participación voluntaria en este estudio.