

**Bienestar psicológico subjetivo de los estudiantes de Universidad de
Medellín: percepciones, determinantes y relaciones con la vida universitaria.**

Sergio Enrique Mora Mojica

Psicólogo

Asesor:

**César Augusto Otálvaro Sierra
Antropólogo, Universidad de Antioquia
Magister en Estudios Urbanos Regionales, Universidad Nacional**

**Monografía para optar al título de:
Especialista en Teorías, Métodos y Técnicas en Investigación Social**

**Universidad de Antioquia
Instituto de Estudios Regionales - INER
Medellín
2018**

I. INDICE

I. INDICE	1
1. Presentación.....	2
2. Trabajo Estado del Arte	2
3. Problema.....	6
4. Objetivos.....	8
5. Marco teórico.....	9
6. Marco metodológico.....	13
a. Conformación de equipo de trabajo:	13
b. Universo de estudio.....	13
c. Tipo de estudio:.....	14
d. Fases	14
e. Plan de trabajo	20
f. Consideraciones Éticas.....	22
g. Cronograma	22
7. Análisis de piloto.....	23
8. Referencias.....	27

ÍNDICE Tablas

Tabla 1 Resumen fases de aplicación del proyecto en relación con los objetivos y resultados esperados.	20
---	----

ÍNDICE Anexos

Anexo 1. Formato de entrevista.	30
--------------------------------------	----

1. Presentación

El bienestar se entiende popularmente como el hecho de estar o sentirse bien con uno mismo, con lo que uno hace y con los demás. Es un factor que se considera determinante en la cotidianidad del ser humano pues comúnmente se relaciona con estados motivación o desmotivación, felicidad o infelicidad y prosperidad o desgracia. El bienestar en la vida universitaria es un factor importante para desarrollar procesos pedagógicos mucho más fructíferos, encaminados a la consecución de seres empoderados y seguros de lo que ellos quieren. Aunque este sea el ideal, cada individuo tiene percepciones sobre lo que considera necesario o importante en la consecución de estados de felicidad, los cuales pueden diferir unos de otros según las expectativas y realidades. El presente trabajo se enfoca en el reconocimiento de los estados de bienestar psicológico subjetivo de los estudiantes de la Universidad de Medellín y cómo estos estados se relacionan con la vida universitaria.

2. Trabajo Estado del Arte

El estudio del bienestar subjetivo surge a finales del siglo XX, teniendo raíces en la filosofía occidental y oriental desde los pensamientos e ideas relacionadas con “la buena vida” y el “cuidado del alma”, tratados por Platón, Aristóteles, Confucio, Seneca y otros, junto con la influencia de corrientes religiosas y/o espirituales de oriente y occidente de los últimos 5 siglos, pasando a ser relacionado con el estudio de la felicidad (Vielma y Alonso, 2010).

En la modernidad el concepto ha sido tratado en su mayoría desde el ámbito de la psicología, luego de que Norman Bradburn acotara el concepto de “bienestar psicológico” en 1969 -a partir de investigaciones de Wilson Warner- (Vielma y Alonso, 2009) con miras a esclarecer cuestionamientos éticos por parte de grupos

ortodoxos relacionados con la política y religión en los Estados Unidos. A partir de estos cuestionamientos se abriría la discusión en torno al bienestar.

El bienestar subjetivo ha sido asociado con la felicidad, la calidad de vida y con el bienestar general de las personas. En las últimas décadas se ha venido planteando la evaluación de este constructo en relación diversos campos como la de la educación, la salud, la economía y diversos campos de las humanidades. En el área de la psicología, los estudios sobre bienestar se inician hace casi 50 años, y en su transcurso han dado lugar a dos grandes tradiciones (Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002): a) la hedónica, que se ha ocupado del estudio del bienestar subjetivo, esto es, como y porque la gente experimenta su vida de forma positiva, incluyendo juicios cognitivos como reacciones afectivas (Diener, 1994) y b) la eudaemónica, centrada en el bienestar psicológico, donde el desarrollo personal, el estilo y manera de afrontar los retos vitales, el esfuerzo y el afán por conseguir las metas resultan relevantes. (tomado de Zubieta y Delfino, 2010)

En el campo de la educación, el bienestar subjetivo se ha trabajado como un factor diferenciador frente al rendimiento académico, o como factor asociado a la apropiación de conductas protectoras que van encaminadas a promover los estilos de vida saludables, los cuales tienen una incidencia positiva en los procesos educativos y/o pedagógicos.

Con miras a realizar una medición de la incidencia del bienestar psicológico en aspectos relacionados con la cotidianidad en el ejercicio académico, Salanova y cols (2005) evalúan el bienestar psicológico de estudiantes universitarios de la Universitat Jaume I asociados a las actividades académicas, teniendo como referencia los diferentes centros académicos (facultades) a los que pertenecían los estudiantes. Se manejaron los conceptos de Burnout y engagement como criterios de incidencia en los estados de afectividad negativa y positiva en los estados de bienestar psicológico, además dentro de los criterios para reconocer la existencia de un estado de bienestar psicológico, evalúan la autoeficacia percibida, satisfacción y felicidad en los entornos académicos, el compromiso y la propensión

al abandono y los indicadores de rendimiento académico, utilizando una técnica mixta en donde inicialmente reconocieron los indicadores o elementos que los estudiantes consideraban como obstáculos y facilitadores de bienestar en su entorno académico, para luego aplicar instrumentos estandarizados que medían los constructos antes citados. Encontraron la existencia de relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico, entre mejor rendimiento académico, menor burnout y mayor autoeficacia, satisfacción y felicidad relacionada con los estudios, disminuyendo las pretensiones de desertar de la vida académica.

A nivel Latino-américa son diversos los trabajos que se han realizado en el tema, principalmente, se han planteado desde países como Argentina y México. A nivel Colombia las investigaciones son mínimas.

Barrantes-Brais y Ureña-Bonilla (2015), realizaon un estudio que tuvo como objetivo conocer el estado del bienestar subjetivo de un grupo de estudiantes de una universidad pública de Costa Rica. Se tomó el concepto de bienestar subjetivo desde una perspectiva hedónica, la cual es mediada por afectos positivos y negativos; y el bienestar psicológico desde la perspectiva eudaemonica. Hacen énfasis en la importancia de encontrar en los primeros años de vida académica buenas experiencias para proyectar sus acciones a un futuro para, citando a los autores, *“en donde a partir de buenas experiencias en este periodo de tiempo puede resultar factores protectores que inciden positivamente en la calidad de vida, la salud física y mental de los estudiantes, disminuyendo los niveles de estrés y malestar emocional que van en detrimento del bienestar”* (Barrantes-Brais y Ureña-Bonilla, 2015) .Los autores concluyen que los aspectos relacionados con la identidad social se ven marcados por el bienestar subjetivo, pues, aunque los estudiantes se sienten parte activa en la sociedad, cultivando sentimientos de pertenencia y creando lazos sociales con amigos, vecinos, entre otros, tienen una visión negativa de la misma y sus instituciones como proveedores de bienestar y confianza. Finalmente indican que las concepciones de bienestar social, entre los foráneos y locales, no son significativamente diferentes.

Localmente destaca el trabajo de Arcila (2011), el cual se presenta como un proyecto de grado dentro del marco de la finalización de estudios profesionales, en plantea como objetivo la evaluación del bienestar subjetivo -también entendido por el autor como felicidad- en una muestra universitaria adscrita al programa para la salud psicofísica (PROSA) de la universidad de Antioquia, teniendo como factores diferenciadores de los estados de bienestar variables sociodemográficas y predictores de bienestar subjetivo. Logró su investigación mediante el uso de herramientas estandarizadas para la medición y evaluación de la satisfacción con la vida (Diener, 1985, citado en Atienza, Ponds y Garcia-Merita, 2000) y el nivel de felicidad (Andrews & Withey, 1976, citados en García, 2002), y utilizó un cuestionario que indaga por los dominios específicos de satisfacción en 14 campos diferentes, identificando que para esta población variables como la edad, el sexo, el nivel de ingresos económicos, las relaciones familiares e interpersonales, la salud, la vivienda, el transporte, la ocupación, la vida espiritual, la recreación y la cantidad y calidad del ejercicio físico, inciden directamente en los niveles de bienestar subjetivo de los participantes.

Otro estudio nacional, aunque no relacionado con el ámbito educativo, es el de Gómez y Villegas (2007), en donde plantean el reconocimiento de los niveles de bienestar subjetivo de estudiantes de la Universidad de los Andes y de los factores indicadores de bienestar. Es importante recalcar que las autoras hacen una reflexión sobre el contexto en donde se desarrolla el bienestar subjetivo en una sociedad como la colombiana que, aunque reconociendo los antecedentes de guerra y desigualdad social, se identifica y reconoce como feliz o satisfecha (Lemoine, 1993, Silva & Cadena, 2006), ellas toman como referencia a la concepción de bienestar propuesta hecha por Diener (2000), tomando como referencia factores conceptuales como la satisfacción con la vida, felicidad y la intensidad y frecuencia de afectos positivos y negativos, los cuales fueron medidos y evaluados con diferentes instrumentos estandarizados. Adicionalmente, tienen en cuenta el concepto de realidad objetiva como elemento que se relaciona con las capacidades

físicas y económicas que permiten a las personas desarrollar su plan de vida. En sus resultados encontraron que, de nuevo, en Colombia existen niveles de bienestar subjetivo y de felicidad mayores a los encontrados en otros países. Teniendo en cuenta los contextos adversos que caracterizan a la realidad colombiana, concluyen que la realidad objetiva es menos incidente en los niveles de felicidad, como sí lo es el bienestar subjetivo, específicamente en dominios relacionados con la familia, relaciones afectivas y el trabajo o estudio, relacionando la forma en cómo el sujeto interactúa y se concibe en estos campos con factores como la salud física y psicológica.

Respecto a la salud mental y física, en varios estudios relacionan la salud física como variable importantes en la consecución de niveles de bienestar subjetivo positivo en el fundamento de que el hecho de tener buena salud permite realizar actividades lúdicas, aspecto fundamental para el desarrollo humano (Campbell, Converse y Rodgers, 1976; Caspersen, Powell y Merritt, 1994; Mancini y Orthner 1980). Respecto a la salud mental, varios autores (Salanova y cols, 2005; Zubaleta y Delfino, 2010) refieren a que existe una relación entre altos niveles de bienestar con una baja incidencia de enfermedades mentales, pues está relacionado con bajos niveles de estrés académico y ansiedad.

Así, a partir de las investigaciones acá citadas, se encuentran diferentes perspectivas frente al acercamiento del fenómeno de bienestar y una relación directa del bienestar con el hecho de sentirse bien con la vida, un alto rendimiento académico y con estados de salud mental y físico positivos. En este sentido, se tendrá como referencia el estudio del bienestar como un factor protector y promotor del desarrollo humano, relacionando este como la formación de capacidades, intereses, aptitudes y actitudes dirigidos a el mejoramiento de la calidad de vida de manera individual y colectiva en la sociedad.

3. Problema

El proceso educativo es un medio transformador, emancipador, generador de nuevas oportunidades personales y base para la proposición de cambios a nivel

social y cultural. Es considerado como pilar fundamental para el desarrollo humano, por lo que es derecho fundamental en todas las etapas del desarrollo. Es fundamento para la gestión social, por lo que es deber de todo Estado brindar a sus habitantes espacios educativos para el desarrollo intelectual, psicológico y social a teniendo en cuenta las particularidades, motivaciones y estructuras individuales, relacionadas con los estados de bienestar positivo.

En el ámbito universitario, el ingreso a estudiar una carrera profesional, técnica o tecnológica conlleva nuevas responsabilidades, retos y experiencias, las cuales están enmarcadas en la finalidad de buscar capacitarse en la resolución de problemas en diferentes niveles y áreas. La vida universitaria puede considerarse como un hito en el cual una persona se enmarca e inscribe en dinámicas que están direccionadas al cumplimiento de unos objetivos dirigidos a la formación y reestructuración personal, estas dinámicas pueden estar asociadas a diferentes ámbitos a nivel personal, social, económico, político, etc, dependiendo de las formas en que el estudiante se relacione con los elementos disponibles en los espacios universitarios. Así, la experiencia del ingreso a la vida universitaria conlleva que la persona que ingresa a este entorno esté dispuesta y presta al aprendizaje y en muchos de los casos a cambios relacionados con necesidades logísticas para el cumplimiento de los objetivos impuestos por la academia, afectando o modificando aspectos a nivel personal, social y familiar. El ingreso a la universidad lleva por antonomasia un referente asociado al mejoramiento de las condiciones de vida de quien toma esta decisión bajo la suposición de que esta estará dirigida a mejorar las condiciones de vida de los estudiantes de forma futura sin tener en cuenta dentro del planteamiento del ejercicio educativo formas en como los estudiantes conocen y reconocen los sentimientos, percepciones y concepciones que surgen a partir y durante el ejercicio educativo.

Siendo así, el presente proyecto surge a partir de la necesidad de reconocer los pensamientos y percepciones que tienen los estudiantes sobre que tan bien se sienten dentro del proceso pedagógico en el cual se enmarcan, entendiendo este sentimiento como la sensación de bienestar psicológico subjetivo. Se hace

necesario reconocer las formas, medios y maneras en los que ellos consideran pueden llegar a tener estados de bienestar positivo, pues esta información será indispensable para entender cómo los estudiantes viven su vida en la universidad, si son felices por ser universitarios o si la vida universitaria tiene alguna influencia frente a su concepción de bienestar. Así, ante lo ya planteado surgen preguntas sobre la manera cómo se define para los universitarios el bienestar y la relación con la vida universitaria, las cuales son los pilares para el desarrollo de la presente investigación: ¿Cuál es la percepción del bienestar psicológico subjetivo de los estudiantes de la Universidad de Medellín?, ¿Cuáles son los factores que ellos consideran como determinantes en la constitución del bienestar psicológico subjetivo? ¿Cómo los factores considerados como determinantes están relacionados con la vida universitaria?

4. Objetivos

Como objetivo general se plantea el conocer la percepción de los estudiantes de la Universidad de Medellín sobre su bienestar subjetivo, los factores que ellos consideran como determinantes en la constitución del mismo y cómo éstos se relacionan con la vida universitaria.

Para el cumplimiento del objetivo general se plantean los siguientes objetivos específicos:

- Determinar los niveles de bienestar psicológico subjetivo de los estudiantes de la Universidad de Medellín.
- Analizar los factores que los estudiantes consideran importantes en la consecución de estados de bienestar psicológicos positivos.
- Analizar los factores que los estudiantes consideran importantes en la consecución de estados de bienestar subjetivo positivos.

- Comprender las percepciones de los estudiantes de la Universidad de Medellín sobre la relación entre su vida académica y sus niveles de felicidad y satisfacción.
- Establecer perfiles diferenciales de las percepciones sobre el bienestar subjetivo de los estudiantes

5. Marco teórico

Frente a la necesidad de reconocer los estados de bienestar psicológico de los estudiantes se hace necesario entender a qué refiere el bienestar, el cual se asocia a una situación de estar-bien. El bienestar se relaciona con los estados de salud; es así que la Organización Mundial de la Salud (OMS), define la salud mental como “un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” enmarcado dentro del concepto de salud, definido como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”.

Además de las relaciones directas del bienestar con la salud física y mental, el bienestar es un elemento que permite conocer los sentimientos y sensaciones de un individuo consigo mismo y su entorno. Los estados de bienestar se conciben de forma general como la condición de encontrarse a gusto, a plenitud o con satisfacción. El término bienestar, desde la psicología, ha sido manejado generalmente desde dos corrientes teóricas, la perspectiva hedónica la cual refiere fundamentalmente con la felicidad y la perspectiva eudaimónica, relacionada con el potencial humano. Díaz et al, 2006, conciben el concepto de bienestar psicológico subjetivo como la unión de dos tradiciones conceptuales; la tradición hedónica, referente al bienestar “subjetivo”, entendida como la satisfacción vital y la afectividad positiva, y otra de tendencia eudamónica referida al “bienestar psicológico” referidos

al crecimiento personal, el desarrollo del potencial humano y un sentido prospectivo de la vida (citado en, Vielma y Alonso,2010).

Respecto a la perspectiva hedónica, inicialmente, se concebía como un indicador de la calidad de vida basado en la relación entre las características del ambiente y el nivel de satisfacción experimentado por las personas (Campbell, Converse, y Rodgers, 1976). Posteriormente se definió en términos de satisfacción con la vida, como el juicio que las personas hacen de su vida (Diener, 1994; Veenhoven, 1994) o concebido en términos de felicidad como balance global de los afectos positivos y los afectos negativos que han marcado la vida de las personas (Bradburn, 1969). Lucas, Diener y Suh (1996) refieren a que ésta estructura del bienestar se compone por tres factores (satisfacción con la vida, afecto positivo, y afecto negativo). La primera de ellas se identifica como el componente cognitivo, mientras que los dos restantes corresponden al polo emocional o afectivo (Diener, 1994).

Adicionalmente, Veenhoven (1984) define el bienestar subjetivo como el grado en que una persona juzga de un modo general o global su vida en términos positivos o, en otras palabras, en qué medida la persona está a gusto con la vida que lleva. Veenhoven (1984) indica que en su juicio el individuo tiene en cuenta pensamientos, referido a la satisfacción con la vida, representa la discrepancia percibida entre sus aspiraciones y sus logros, evaluando desde la sensación de realización hasta la experiencia de fracaso o frustración; y sus afectos referidos al agrado respecto a sus sentimientos, emociones y estados de ánimo más frecuentes. Para Csikszentmihalyi (2005) el hecho de tener bienestar refiere al estar y sentirse bien con la vida, teniendo un estado psíquico (subjetivo) asociado a la felicidad. El autor refiere a que el concepto puede estructurarse teniendo en cuenta la dimensión espacial, dando importancia al contexto en la cual se enmarca el concepto; si de forma general (sincrónico), como rasgo que varía de persona a persona; o individual, como rasgo que varía den el tiempo para cada individuo (diacrónico), incluyendo así aspecto relacionados con el bienestar social.

Respecto a la perspectiva eudemonía del bienestar psicológico, este centra su atención en el desarrollo de capacidades individuales y de crecimiento personal, concebidos como indicadores de funcionamiento positivo, su planteamiento inicial se sustenta en conceptos como la auto-realización, el funcionamiento pleno y la madurez (Díaz et al, 2006). Vielma y Alonso (2010) lo conciben como un estado psicológico asociado al funcionamiento óptimo o positivo de los individuos y del disfrute integral de salud, siendo estos, “la vivencia personal de estar y sentirse bien en un momento dado de la vida”, “la experiencia subjetiva positiva auto-percibida” y “una disposición estable de la personalidad vulnerable ante circunstancias cambiantes no siempre auto determinadas”. Fierro (2000), por su parte relaciona el “bienestar psicológico con el potencial o la posibilidad activa de “bien-estar” y “bien-ser” entendida como una disposición a cuidar la propia salud mental de modo que la persona responsablemente puede crear vivencias positivas o experiencias de vida feliz estando consciente de ello.”

Otros autor relevante es Ryff (Ryff y Keyes,1995), quien hace especial referencia en la aceptación y crecimiento personal del individuo, así como en la adaptación e integración en su ambiente social. A partir de la desestructuración de los tres conceptos de los cuales parte la concepción de la perspectiva eudamónica propone una estructura del bienestar psicológico integrada por seis dimensiones las cuales son: autoaceptación, crecimiento personal, sentido/propósito en la vida, relaciones positivas con los otros, autonomía y control sobre su entorno.

- La primera dimensión *auto-aceptación* o aceptación de sí, se entiende como la actitud positiva o apreciación positiva de uno mismo o “sentirse bien consigo mismo” estando consciente de las propias destrezas y limitaciones.
- La segunda dimensión es la *capacidad de mantener relaciones positivas con otras personas*, refiriéndose a la capacidad de adquirir relaciones sociales estables socialmente, el establecimiento de vínculos psico-sociales, creación de confianza en las amistades y la capacidad de amar, se tiene en cuenta

que el aislamiento social, la soledad y la pérdida del apoyo de otras personas afectan negativamente la salud física y el tiempo de vida.

- La tercera dimensión, la *autonomía*, se entiende como una cualidad esencial para sostener la propia individualidad en diferentes contextos sociales, basándose en las propias convicciones y en el mantenimiento de la independencia y autoridad personal a lo largo del tiempo, le permite resistir la presión social y generar procesos de autorregulación.
- La cuarta dimensión refiere al dominio del entorno, entendido este como la capacidad de controlar el medio y su propia vida, la capacidad de elegir libremente y crear entornos favorables para satisfacer los deseos y necesidades propias, un alto grado de dominio del entorno está asociado con la sensación de control sobre el mundo y el sentimiento de capacidad de influir a su entorno personal.
- La quinta dimensión refiere a los sentimientos de crecimiento y la madurez enfocada en la búsqueda del desarrollo del propio potencial y fortalecimiento de las capacidades.
- La sexta dimensión constituye la creencia de propósito y sentido de la vida en función de objetivos claros y metas realistas que doten de significado sus motivaciones y decisiones.

Así, frente a estas dos tradiciones (Hedónica y eudaemonica) que explican el bienestar, Díaz et al (2006) refieren que “estas dos concepciones se corresponden con diferentes marcos temporales del bienestar subjetivo: la satisfacción es un juicio, una medida a largo plazo de la vida de una persona, mientras que la felicidad es un balance de los afectos positivos y negativos que provoca una experiencia inmediata”. La

Dada la complementariedad de la propuesta hecha por Díaz et al (2006), frente a el entendimiento del bienestar como bienestar psicológico subjetivo, compuestos simultáneamente por un componente hedónico y eudaemínico, la presente investigación se sustenta en la concepción del bienestar desde la comprensión de estos autor, pero, tomando como referentes teóricos para la concepción categorial

del bienestar psicológico los trabajos de Ryff y Keyes (1995) y para el bienestar subjetivo el trabajo de Diener (1994).

6. Marco metodológico

a. Conformación de equipo de trabajo:

El equipo de trabajo estará compuesto por profesionales con capacidades, aptitudes y actitudes que permitan el correcto desarrollo en la totalidad de las fases planeadas. Cada uno de los integrantes tendrá diferentes funciones las cuales pueden ser o no compartidas dependiendo de su especificidad y pertinencia.

Coordinador: El coordinador tendrá como tarea dirigir, organizar y planear los aspectos generales del proyecto en la ejecución de cada una de sus fases. Es el responsable legal directo. Además de las funciones administrativas, tendrá funciones de profesional de apoyo.

Asesor: Profesional experto en la temática relacionada con el bienestar subjetivo. Sus funciones estarán orientadas a brindar asesoría y apoyo técnico y conceptual en el desarrollo de las diferentes temáticas planteadas en el proyecto.

Profesional de apoyo: Realizará trabajos de recolección, análisis e interpretación de la información tomada dentro del proyecto en de los marcos de referencia planteados. Tendrá el deber generar reflexiones para mejorar el entendimiento del proyecto llevándolo a mejor término.

b. Universo de estudio

Con miras a identificar las percepciones de los estudiantes de la Universidad de Medellín a partir de la diversidad de carreras disponibles y las implicaciones que posiblemente estén relacionadas con la elección de las mismas, se decide tomar como universo de estudio a los estudiantes universitarios de pregrado la universidad

de Medellín pertenecientes a las facultades de derecho, ingeniería, ciencias sociales y humanas y ciencias económicas y administrativas

Teniendo en cuenta la diversidad en cuanto a la experiencia en cantidad de años cursados en la universidad y con miras a buscar la representatividad en la muestra se tomarán de cada una de las facultades un total de 9 observaciones, eligiendo estudiantes de diferentes semestres. Así, para cada facultad se tendrá como criterio la elección de 3 estudiantes matriculados del 1 al 3 semestre, del 4 al 6 semestre y de 7 a 10 semestre para un total de 9 estudiantes.

La muestra definitiva estará constituida por 36 estudiantes de diferentes facultades y carreras. Adicionalmente se tendrá en cuenta como criterio de selección de la muestra obtener representatividad según la variable sexo y estrato social.

c. Tipo de estudio:

Con miras a recolectar y analizar información suficiente y necesaria para dar cumplimiento a los objetivos propuestos, se utilizarán diferentes técnicas cualitativas y cuantitativas, orientando esta investigación a un corte de metodología mixta de tipo exploratorio descriptivo.

El presente estudio no busca dar explicaciones de fondo sobre cómo se construye la felicidad o cuales son los modelos que explican el bienestar de forma global en relación al fenómeno. Tiene como finalidad explorar las concepciones acerca del bienestar psicológico subjetivo de los estudiantes a partir de lo que piensan y sienten respecto sus vivencias cotidianas como estudiantes. Se fundamentará en los relatos experiencias y vivencias narradas por los participantes, realizando interpretaciones de lo que es considerado como importante a partir de concepciones teóricas tomadas como referencia, teniendo en cuenta como criterio diferencial las concepciones de bienestar según carrera y semestre cursado.

d. Fases

El reconocimiento de las percepciones sobre bienestar psicológico subjetivo será un proceso que conllevará diferentes momentos o fases. Para el presente proyecto se han delimitado cinco:

Fase 1, Exploración y acercamiento:

En esta fase se realizará un ejercicio de acercamiento al constructo a estudiar. Se realizará un ejercicio de revisión bibliográfica para la consecución del estado del arte para abordar y plantear de forma clara el problema, las preguntas de investigación y el marco teórico para tener una guía interpretativa frente a los conceptos y categorías que pueden ir emergiendo a partir de los ejercicios. La finalidad de esta fase es realizar un primer acercamiento a la concepción sobre el bienestar psicológico subjetivo.

Se realiza el proceso de búsqueda y preselección de los métodos a aplicar a partir de los objetivos y preguntas de investigación planteados. Se realizará la selección, ajuste y planeación necesarios para la aplicación de los métodos considerados como pertinentes, incluyendo cuestiones logísticas y de manejo de espacios. Se formularán los procedimientos y guías correspondientes para la realización de la recolección de la información y selección muestral.

Estrategia: Se utilizarán instrumentos de recolección de información de corte cuantitativo y cualitativo, dadas las orientaciones y capacidades informativas de cada una de ellas y la forma en cómo se adaptan a las necesidades de la investigación. LA información recolectada será analizada desde una perspectiva del entendimiento del fenómeno con miras a conocer cómo conciben el bienestar psicológico subjetivo los estudiantes a partir de sus vivencias, realidades y percepciones sobre sus capacidades.

Técnicas: Se utilizarán diferentes técnicas de recolección de información. De corte cualitativo se utilizarán el grupo focal y la entrevista a profundidad. Y de corte cuantitativo se utilizarán instrumentos estandarizados que evalúan el bienestar psicológico y el bienestar subjetivo.

Grupos focales: Se propone esta técnica con el objetivo de recolectar una primera información sobre cuáles son los factores que los estudiantes consideran importantes en la consecución de estados de bienestar psicológicos positivos y psicológicos subjetivos. El ejercicio se desarrollará a partir de la discusión de los aspectos que son considerados como importantes y relevantes en el mejoramiento de sus estados de bienestar. Para el ejercicio se presentarán los conceptos de bienestar subjetivo y bienestar psicológico mediante casos en los que ellos puedan encuadrarse y relacionar con mayor facilidad las consideraciones relacionadas con el bienestar. Inicialmente el ejercicio planteará una discusión sobre cómo es concebido el bienestar de forma general, abordando categorías generales traídas de los referentes de estudios previos, para luego en el ejercicio de la discusión reconocer las categorías emergentes relacionadas con las percepciones sobre bienestar psicológico subjetivo y su relación con la vida universitaria. En total se realizarán 4 grupos focales, uno por cada grupo de facultad, con un total de 9 estudiantes por grupo.

Instrumento estandarizado: Para explorar los niveles de bienestar psicológico desde una perspectiva eudaimónica se aplicará la adaptación al español del instrumento que evalúa las Escalas de Bienestar Psicológico (Díaz et al., 2006). El instrumento consta de 29 ítems tipo Likert con 5 opciones de respuesta que evalúan las 6 dimensiones propuestas por Ryff (1989): autoaceptación (4 ítems), autonomía (6 ítems), relaciones positivas con otras personas (5 ítems), crecimiento personal (4 ítems), dominio del entorno (5 ítems) y propósito en la vida (6 ítems). Tomando como referencia el estudio de Freire y Cols (2017) la consistencia interna de cada escala arrojó las siguientes medidas: autoaceptación ($\alpha = .80$); autonomía ($\alpha = .72$); relaciones positivas ($\alpha = .78$); crecimiento personal ($\alpha = .64$); dominio del entorno ($\alpha = .60$); propósito en la vida ($\alpha = .75$).

Para evaluar el bienestar subjetivo desde una perspectiva hedónica, se utilizará el instrumento que evalúa satisfacción con la vida propuesto por Diener (1996), el cual se compone por 5 ítems estilo Likert con opciones de respuesta que se distribuyen

en un continuo de respuesta de 1 (no, en absoluto) a 7 (si, completamente). El instrumento se considera confiable, tomando como referencia el estudio de Freire y Cols (2017), con coeficiente de fiabilidad(α) de 0,76.

Entrevistas a profundidad: con la finalidad de entender de una manera más completa la forma en cómo se desarrolla la dinámica de la comprensión y concepción del bienestar psicológico subjetivo en los estudiantes y su relación con la vida universitaria, se planea el desarrollo de una entrevista a profundidad con 4 estudiantes (uno de cada facultad) con miras de profundizar en información relacionada con las categorías que emergieron a partir de los ejercicios de grupos focales y con la evidencia brindada por los instrumentos de medida estandarizados. Finalmente, se planeará el cronograma de actividades en el cual se definan los tiempos espacios y recursos necesarios para el correcto desarrollo del proyecto.

Para esta primera fase se espera tener un documento en el cual se especifique de manera sintetizada el problema, la pregunta de investigación, los objetivos generales y específicos y las diferentes técnicas de recolección de información a tener en cuenta, incluyendo los criterios de selección muestral. Se establecerán la estrategia y técnicas consideradas como más adecuadas para el desarrollo del proyecto. Se tendrá un cronograma en el cual se especifiquen los espacios y tiempos para aplicación y ejecución total de proyecto.

Fase 2, Primera fase de ejecución:

A partir de la información recolectada en la primera fase, se reajustará el problema de investigación. Se iniciará con la aplicación de técnicas que se utilizarán para recolectar la información que luego se sistematizará y servirá de sustento para responder las preguntas planteadas y dar cumplimiento a algunos de los objetivos específicos.

En esta fase se iniciará con la aplicación de técnicas de recolección de información: el grupo focal y la aplicación de los instrumentos estandarizados. El desarrollo de estos se dará en una misma sesión dada la facilidad de manejo del grupo, pues

serán técnicas que requieran de la participación de la totalidad de los participantes. Adicionalmente, por razones logísticas referidas a la interpretación de la información, ya que los resultados obtenidos en estas dos técnicas fundamentarán el ejercicio de la entrevista, las cuales se llevarán a cabo en la fase 4 de la investigación.

En esta fase se espera tener archivos de audio con los registros del grupo focal. Se espera tener el conjunto de aplicaciones de las pruebas estandarizadas de los 36 estudiantes.

Fase 3, primera fase de análisis:

Se sistematizará la información recolectada en la fase 2 con miras a proponer las categorías y temáticas de interés en el ejercicio de entrevista. El ejercicio de sistematización de los resultados de los de grupos focales se realizará con la ayuda de un software especializado en análisis de contenidos. Las categorías encontradas se organizarán en una matriz de contenidos, las cuales se clasificarán según las relaciones temáticas existentes entre ellas, teniendo en cuenta los fundamentos teóricos que explican el bienestar psicológico subjetivo.

También se tendrán en cuenta en esta matriz los resultados obtenidos en los instrumentos estandarizados que evalúan el bienestar psicológico y el bienestar subjetivo.

El producto a obtener en esta fase será la matriz de contenidos de los ejercicios de análisis de información realizados en los grupos focales y los instrumentos estandarizados. Adicionalmente se obtendrá un documento con las categorías más relevantes obtenidos de esta matriz. Información esencial para el desarrollo de la siguiente fase.

Fase 4, segunda fase de aplicación:

Con la información resultante del análisis de las técnicas aplicadas en la fase 2 e interpretadas en la fase 3, se seleccionan las categorías que son consideradas por

los estudiantes como de mayor influencia para la explicación del bienestar psicológico subjetivo y sus relaciones con la vida universitaria como también los componentes evaluados mediante los instrumentos que presenten puntuaciones atípicas ya sea altas o bajas, con la finalidad de desarrollar y aplicar entrevistas a profundidad que indaguen sobre esos aspectos. Esta entrevista será aplicada únicamente a 4 estudiantes, uno de cada facultad.

Se espera obtener 4 archivos de audio de entrevistas realizadas a los estudiantes y bitácora del desarrollo de los ejercicios de entrevista.

Fase 5, interpretación de resultados:

Se procederá a analizar el contenido de a entrevista a profundidad, encuadrando la información dentro de la matriz de contenidos ya existente. A partir del insumo con la totalidad de información se realizará un análisis general sobre las consideraciones al respecto del bienestar psicológico y bienestar subjetivo.

De este momento se espera obtener un documento con la transcripción de las entrevistas realizadas en la fase 4, con el que se complementará la matriz de contenidos existente. Se obtendrá un informe final sobre los aspectos más relevantes que influyen en la constitución del bienestar psicológico subjetivo por parte de los estudiantes y su relación con la vida universitaria.

Fase 6, redacción de informe y presentación de resultados.

Con base en la información recolectada en las anteriores fases, se conformará un informe en el cual se presenten los resultados encontrados. Este se acomodará en el ejercicio de dar respuesta a las preguntas de investigación planteadas, mostrando resultados y fomentando la discusión frente al tema investigado. Se socializará el proyecto en un espacio académico determinado para tal fin.

Se espera que en esta fase se obtenga un informe definitivo en el cual se especifiquen cada una de las fases del proyecto, el cual será expuesto.

e. Plan de trabajo

A partir de las fases antes desarrolladas se presenta la tabla 1, en la cual asocian los objetivos específicos a los cuales está enfocada cada una de las fases. Para el ejercicio se enuncian y numeran cada uno de los objetivos a continuación:

1. Determinar los niveles de bienestar psicológico subjetivo de los estudiantes de la Universidad de Medellín.
2. Analizar los factores que los estudiantes consideran importantes en la consecución de estados de bienestar psicológicos positivos. (Cómo voy a traducirles
3. Analizar los factores que los estudiantes consideran importantes en la consecución de estados de bienestar subjetivo positivos.
4. Comprender las percepciones de los estudiantes de la Universidad de Medellín sobre la relación entre su vida académica y sus niveles de felicidad y satisfacción.
5. Establecer perfiles diferenciales de las percepciones sobre el bienestar subjetivo de los estudiantes

Tabla 1 Resumen fases de aplicación del proyecto en relación con los objetivos y resultados esperados.

Fases	Enfocado a objetivo	Métodos	Resultados esperados
Fase 1	1, 2, 3, 4 y 5	Ejercicio de revisión bibliográfica, propositiva y analítica en la organización y planeación de la investigación.	Documento guía que especifique el desarrollo de cada una de las fases dirigidas al cumplimiento de cada uno de los objetivos.

Fase 2	2, 3 y 4	Grupos focales	Archivos de audio con las respuestas de los participantes en el ejercicio y bitácora de con evidencia de planeación y desarrollo de este
	1	Instrumentos estandarizados	Material en físico de las evidencias de la aplicación de los instrumentos estandarizados.
Fase 3	1, 2, 3 y 4	Sistematización y análisis de contenidos en matriz de categorías	Evidencias de sistematización de la información de la fase 2 en matriz de análisis de contenidos
Fase 4	2, 3 y 4	Entrevista a profundidad	Archivos de audio con las respuestas de los participantes en el ejercicio y bitácora de con evidencia de planeación y desarrollo de este.
Fase 5	2, 3, 4 y 5	Sistematización y análisis de contenidos en matriz de categorías	Evidencias de sistematización de la información de la fase 2 y 4 en matriz de análisis de contenidos

Fase 6	1, 2, 3, 4 y 5	Redacción y presentación de informe final	Informe definitivo en el cual se especifiquen cada una de las fases del proyecto con sus correspondientes resultados, análisis e interpretación.
---------------	-------------------	---	--

f. Consideraciones Éticas

Frente al ejercicio investigativo se tendrán en cuenta la salvaguarda de la información y el respeto por la confidencialidad de los participantes y el dato. Antes de asegurar la participación de los estudiantes en el estudio se les hará firmar a cada uno de ellos un consentimiento informado en el cual se les explica la finalidad del estudio, los alcances y el uso que se le dará a la información recolectada.

Dado que los estudiantes están inscritos en un centro educativo, se tendrán en cuenta las recomendaciones, peticiones y sugerencias que puedan llegar por parte de la Universidad frente al proyecto, sin que estas lleguen a alterar el objetivo general del mismo ni la forma en cómo se tiene concebido en las diferentes fases de desarrollo .

g. Cronograma

La investigación está pensada en para ejecutarse en un total de 10 meses, desarrolladas de la siguiente manera:

Año	2018-2019									
Actividades	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6	Mes 7	Mes 8	Mes 9	Mes 10
Fase 1										
Fase 2										
Fase 3										
Fase 4										
Fase 5										
Fase 6										

7. Análisis de piloto

Se plantea un ejercicio de pilotaje orientado a verificar qué piensan los estudiantes frente a los programas de bienestar subjetivo y sobre cómo conciben y perciben su bienestar subjetivo de forma general y en relación con estos programas. Para este ejercicio se revisan diferentes técnicas de recolección de información. Inicialmente se plantea la realización de un grupo focal dada la posibilidad de trabajar con diferentes estudiantes de un mismo grupo de psicología, buscando encontrar diversidad en cuanto a las concepciones de bienestar subjetivo. A la final, esta técnica fue descartada dado que por falta de tiempo y diversidad en la muestra (solo eran estudiantes de psicología y el estudio se manejará a nivel de la universidad) no se podría realizar un ejercicio de grupo focal, el cual tiene la finalidad de mostrar diferentes puntos de vista frente un fenómeno o situación. Ante esto se pasa a una segunda y más viable técnica, la realización de una entrevista semiestructurada (Anexo1).

La construcción de la entrevista semiestructurada en definitiva tuvo como finalidad conocer la concepción que tiene un estudiante de la universidad de Medellín sobre las políticas de bienestar institucional, si ha tenido un relacionamiento con las mismas, cómo han sido sus vivencias en su relacionamiento con estas y qué

considera pertinente tener en cuenta para mejorar su experiencia como estudiante y su calidad de vida. El instrumento para brindar información sobre lo que se buscaba conocer se constituyó por los apartados de la introducción; preguntas sociodemográficas; preguntas relacionadas con la concepción de bienestar subjetivo y bienestar institucional; un apartado más extenso relacionado con los planes específicos de bienestar institucional ofrecidos por la universidad y su relación con el bienestar subjetivo; y un apartado final que estaba dirigido a reflexionar sobre el uso de los programas de bienestar, sus alcances y propuestas para mejorarlo.

El ejercicio de construcción del instrumento se fundamentó en la finalidad propuesta inicialmente. Se inició con la introducción, la cual servía como guion para la proposición del ejercicio, aquí se presentaba la intención del estudio y la finalidad que daría a la información recolectada. Para la estructuración de los contenidos se delimitaron ejes temáticos relacionados con los apartados antes citados. En las preguntas relacionadas con la concepción de bienestar subjetivo y bienestar institucional, se indagaba por la forma en cómo concebía su bienestar, si consideraba era bueno o malo y si los programas de bienestar institucional eran efectivos para promover de forma general estados de bienestar positivos. Dado que las instituciones de educación superior deben proporcionar programas de bienestar ajustados y dirigidos al desarrollo de las capacidades humanas de los estudiantes, el siguiente apartado se fundamentó y guio por los puntos propuestos por el ministerio de educación nacional en relación con los contenidos a tratar por las oficinas de bienestar institucional, considerando 6 campos específicos, de los cuales cada uno trata aspectos específicos frente al desarrollo de bienestar en los diferentes ámbitos de la vida universitaria. En cada uno de estos campos se indagó por el conocimiento, participación, pertinencia y efectividad de los programas de bienestar. Finalmente, el último apartado tenía la finalidad de corroborar y establecer relaciones entre las percepciones de bienestar institucional y sus programas y la relación de estos con el bienestar subjetivo.

Frente a la estructura de las preguntas planteadas, considero que el formato utilizado se acercó más al utilizado en una entrevista estructurada, en donde se limitan las preguntas a respuestas puntuales sin la posibilidad de abrir la pregunta en dirección a la recolección de mayor información. Para próximos ejercicios es necesario flexibilizar el formato, permitiendo que indagar de manera más profunda sobre una idea o categoría traída a la situación.

Frente al ejercicio logístico de consecución del entrevistado, no fue difícil acceder a la estudiante que participó del ejercicio de recolección de información. Es una estudiante perteneciente a la clase de estadística y al grupo de trabajo de medición y evaluación psicológica (los cuales el investigador dirigía), facilitando la concertación de un espacio para la participación. Es necesario tener en cuenta que anticipadamente al desarrollo de la entrevista se le explico y contextualizo sobre el proyecto sugiriéndole su participación voluntaria.

La entrevista se llevó a cabo el día 18 de mayo de 2018 en las horas de la mañana en un salón de clase dispuesto para el ejercicio. Este se inicia siguiendo el orden específico planteado, se dan las indicaciones y se empieza con la lectura de las preguntas. Ante la lectura de las preguntas se puede dar cuenta que por el formato utilizado, la entrevista se vuelve un poco monótona, pues son muy parecidas en la estructura como se plantean, diferenciándose únicamente por las categorías propuestas en el diseño del instrumento. Ante esta situación se replanta la formulación de algunas preguntas, evitando la monotonía sin salir de los parámetros de los contenidos a evaluar. En total la entrevista dura 25 minutos.

Para la sistematización y análisis de la información recolectada en la entrevista se realiza la digitalización de la información. En el análisis e interpretación de la información, se obtiene información importante frente que lleva a reflexionar sobre los objetivos planteados en la investigación. Frente a los planes de bienestar institucional, ella indica que aunque conoce algunos de los programas de bienestar institucional, formalmente no le han hecho una presentación completa de los mismos, por lo que le es difícil sentar una posición frente a la efectividad y eficiencia

de los mismos. Indica que aunque no conociera los planes de bienestar institucional, para ella eran importantes pues eran espacios para el esparcimiento y la generación de capacidades individuales. Ella considera que los programas de bienestar incidían en el bienestar de los estudiantes que hacían parte de algunos programas (hablando desde su experiencia), pero que lo ofrecido en esos espacios no era suficiente para sentirse a gusto con el proceso académico. Algo muy importante que resalto fue el hecho de que no se sentía con bienestar en la universidad, lo que significa que no se sentía a gusto con lo que hacía. La causa de esto es que estaba estudiando por obligación y no por vocación, pues ante el ofrecimiento de una beca de estudios le tocó ingresar a estudiar psicología, siendo esta carrera de poco agrado para ella. Respecto a este hecho ella indica que bienestar institucional no le ha brindado apoyo u orientación, enfatizando en que realmente siente que bienestar institucional no influye de manera significativa en la forma en como ella concibe su estancia por la universidad.

En definitiva, el ejercicio realizado permitió dar cuenta que estaba incluyendo inadecuadamente a la oficina de bienestar institucional en planteamiento del problema. Teniendo en cuenta que la motivación del presente trabajo ha estado orientada a conocer las concepciones de los estudiantes sobre su sentir en el proceso formativo, y en consideración de que el ejercicio de pilotaje permitió conocer y dar cuenta que bienestar institucional, aunque es un actor que puede llegar a afectar el bienestar subjetivo de los estudiantes no es un actor fundamental que acompañe transversalmente a toda la comunidad académica, sirvió para replantear el problema de investigación, los objetivos y la pregunta.

El ejercicio de pilotaje fue muy gratificante pues permitió considerar elementos que antes de este no se habían tenido en cuenta y dio luces frente a reflexiones que debían haberse planteado anticipadamente pero que no se hicieron por el desconocimiento de las percepciones de los estudiantes. Este ejercicio fue fundamental y clave para el planteamiento final del proyecto, para el aprendizaje parcial de la implementación de metodologías cualitativas y de forma general para

el enriquecimiento técnico y teórico en el ámbito de la investigación cualitativa dentro de la formación que como investigador se realicé en el instituto.

8. Referencias.

- Arcila, H. (2011), Medición de niveles de bienestar subjetivo o felicidad, de una muestra a conveniencia, de los afiliados al Programa Para la Salud Psicofísica –PROSA–, universidad de Antioquia, Medellín, *Tesis de grado de pregrado*. Universidad de Antioquia.
- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I., & García-Merita, M. L. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, Vol12 (2), Pp 331-336.
- Barrantes-Brais y Ureña-Bonilla (2015). Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. Vol 17. Núm 1, pp 101 – 123.
- Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Campbell, A., Converse, P. E., y Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life: perceptions, evaluations and satisfactions*. Russel Sage Foundation, New York: Wiley.
- Caspersen, C.J., Powell, K.E. y Merritt, R.K. (1994). Measurement of health status and well-being. En C. Bouchard y R.J. Shephard (Eds.), *Physical activity, fitness, and health: International proceedings and consensus statement*, Pp. 180-202, Champaign: Human Kinetics Publishers.
- Csikszentmihalyi, M. (2005). *Fluir (Flow). Una psicología de la felicidad*. Undécima edición 2005). Barcelona: Kairós.

- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I. y Dierendonck, D. (2006). Adaptación española Escalas de bienestar psicológico. *Psicothema*, 18(3), 572- 577.
- Diener, E. (1994), El bienestar subjetivo, *Intervención Psicosocial*, Vol 3, Pp 67-113.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index, *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Fierro, A. (2000). *Sobre la vida feliz*, Málaga: Archidona Aljibe.
- García, M. (2002), El bienestar subjetivo, *Escritos de psicología*. Vol 6, Pp 18-39.
- Gómez, V., Villegas de Posada, C., Barrera, F., & Cruz, J. (2007). Factores predictores de bienestar subjetivo en una muestra colombiana, *Revista Latinoamericana de Psicología*, Vol 39 (2), Pp 311-325.
- Keyes, C.L.M., Shmotkin, D., & Ryff, C.D. (2002), Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 82 (6), Pp 1007-1022
- Lemoine, C. (1993), *Las fuerzas de la opinión*. Bogotá: Centro Nacional de Consultoría
- Lucas, R. E., Diener, E., y Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 71, Pp 616-628.
- Mancini, J.A. y Orthner, D.K. (1980). Situational influences on leisure satisfaction and morale in old age. *Journal of American Geriatrics Society*, Vol 28, Pp 466-471.
- Organización Mundial de la Salud. Salud mental: un estado de bienestar. [Http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/). (Extraído el 27 de noviembre de 2017).
- Ryff, C.D. y Keyes, C.L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 69(4), Pp 719-727.

- Salanova, M. & cols.(2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales de Psicología*, Vol 21, pp 170-180.
- Silva, J. & Cadena, A. R. (2006). Condiciones de vida y percepción de felicidad: Respuestas paradójicas y preguntas retadoras, *Boletín del Observatorio sobre Desarrollo Humano en Colombia*, Vol 0, Pp 3-6.
- Veenhoven, R. (1984). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, Vol 3, Pp 87-116.
- Vielma, J. y Alonso, L. (2010). *El bienestar psicológico subjetivo en estudiantes universitarios: La evaluación sistemática del flujo en la vida cotidiana*. Tesis doctoral.
- Zubieta, E.M. y Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires, *Anuario de investigaciones*, Vol XVII, pp 277-283.

9. Anexos

Anexo 1. Formato de entrevista.

Finalidad: El presente instrumento de recolección de información tiene como objetivo acercarnos a la concepción que tiene un estudiante de la universidad de Medellín sobre las políticas de bienestar institucional, si ha tenido un relacionamiento con las mismas, cómo han sido sus vivencias en su relacionamiento con estas y qué considera pertinente tener en cuenta para mejorar su experiencia como estudiante y su calidad de vida (bienestar).

Actor a entrevistar: Estudiante de pregrado de la universidad de Medellín.

Espacio: La entrevista se desarrollará en un espacio cerrado con adecuado aislamiento de estímulos externos que puedan distraer o alterar el correcto desarrollo del ejercicio de entrevista. Se estima un tiempo mínimo de media hora y máximo de 2 horas.

Herramientas: Para el desarrollo del ejercicio se utilizará un medio de grabación de audio (grabadora), una libreta para toma de apuntes y un dispositivo con cámara para tomar registro fotográfico de algunos de los momentos del ejercicio.

Momentos: A continuación se presentan los diferentes momentos que conllevará el ejercicio de entrevista junto con las respectivas preguntas que se realizarán en cada uno de ellos, los cuales estarán divididos en la introducción, desarrollo y conclusión del ejercicio.

1. Introducción al ejercicio.

En este momento del ejercicio se realiza la presentación y contextualización del mismo; se deja en claro que esta actividad tiene una finalidad meramente académica y que su finalidad es la conocer la percepción que tienen los estudiantes de la Universidad de Medellín frente a bienestar institucional y los programas que se ejecutan desde esa dirección, indagando sobre la eficacia y pertinencia de los

mismos y sobre lo que consideran que desde allí se puede hacer para mejorar su calidad de vida (bienestar). Se pregunta por si está o no de acuerdo con la participación en el proyecto, dando permiso para el uso de la información recolectada, siempre y cuando sea para un uso meramente académico. Luego de que acepta participar se hace una toma de información sociodemográfica descriptiva y se pasa al siguiente momento.

Preguntas:

¿Cómo es tu nombre?:

¿Cuántos años tienes?

¿En qué semestre te encuentras?

¿Cuántos años llevas estudiando en la universidad?

¿Habías estudiado antes alguna otra carrera?

2. Desarrollo

Contexto: Las preguntas planteadas se desarrollan en módulos.

El primer módulo refiere a la exploración sobre los conocimientos y percepciones de los estudiantes tienen sobre la oficina de bienestar institucional.

Preguntas introductorias bienestar

1. ¿Cuál es tu concepción de bienestar?
2. ¿Conoces los planes y programas de bienestar institucional ofrecidos en la universidad?
3. ¿(*si la respuesta es negativa se agrega: Aunque no los conozcas,)Cuál es la percepción que tienes sobre las labores que desarrolla bienestar institucional como oficina encargada de la

promoción de espacios el desarrollo de las capacidades humanas?

4. ¿Alguna vez has participado o utilizado algunos de los servicios ofrecidos por bienestar institucional?
 - a. Si responde sí: ¿Cuál y por qué?
 - b. Si responde no: ¿Por qué no?

El segundo módulo tiene la finalidad de indagar sobre los contenidos específicos que deben abarcar las oficinas de bienestar institucional desde los lineamientos propuestos por el ministerio de educación, y la percepción que tiene sobre la eficiencia y eficacia de los mismos y si consideran que son importantes para su desarrollo de un proyecto de vida. Los contenidos específicos son: Orientación educativa, Acompañamiento para el desarrollo de competencias para la vida, Promoción socioeconómica, Fortalecimiento de la actividad física, el deporte y la recreación, expresión cultural y artística, Promoción de la salud integral y autocuidado, Cultura institucional y ciudadanía.

Preguntas sobre componentes de bienestar institucional

Preambulo: A continuación te haré algunas preguntas relacionadas con los componentes de bienestar institucional, si has participado y qué piensas sobre ello.

5. ¿Conoces si la universidad tiene planes o programas que estén orientados a mejorar el desempeño, integración y adaptación al ambiente educativo de los integrantes de la comunidad educativa?
 - a. *Si la respuesta es sí: ¿Has participado de alguno de ellos?
 - i. ¿Cómo fue esta experiencia?

- b. ¿Consideras pertinente que la universidad desarrolle planes y programas al respecto?
 - i. ¿Por qué?
- 6. ¿Conoces si la universidad tiene planes o programas que estén orientados en la promoción de competencias relacionadas con el autoconocimiento, el relacionamiento y comunicación asertiva con los demás?
 - a. *Si la respuesta es sí: ¿Has participado de alguno de ellos?
 - i. ¿Cómo fue esta experiencia?
 - b. ¿Consideras pertinente que la universidad desarrolle planes y programas al respecto?
 - i. ¿Por qué?
- 7. ¿Conoces si la universidad tiene planes o programas que estén dirigidos a brindar soporte económico y administrativo con la finalidad de contribuir a la calidad de vida de sus beneficiarios?
 - a. *Si la respuesta es sí: ¿Has participado de alguno de ellos?
 - i. ¿Cómo fue esta experiencia?
 - b. ¿Consideras pertinente que la universidad desarrolle planes y programas al respecto?
 - i. ¿Por qué?
- 8. ¿Conoces si la universidad tiene planes o programas que estén dirigidos a promover la creación, intercambio, estimulación, sensibilización y apreciación de expresiones artísticas y culturales?
 - a. *Si la respuesta es sí: ¿Has participado de alguno de ellos?
 - i. ¿Cómo fue esta experiencia?
 - b. ¿Consideras pertinente que la universidad desarrolle planes y programas al respecto?
 - i. ¿Por qué?

9. ¿Conoces si la universidad tiene planes o programas que estén dirigidos a promoción de estilos de vida saludables y el autocuidado con el ánimo de prevenir enfermedad?
- *Si la respuesta es sí: ¿Has participado de alguno de ellos?
 - ¿Cómo fue esta experiencia?
 - ¿Consideras pertinente que la universidad desarrolle planes y programas al respecto?
 - ¿Por qué?
10. ¿Conoces si la universidad tiene planes o programas que estén dirigidos a la apropiación de una cultura universitaria, ciudadana y de nación, teniendo en cuenta los contextos locales y globales?
- *Si la respuesta es sí: ¿Has participado de alguno de ellos?
 - ¿Cómo fue esta experiencia?
 - ¿Consideras pertinente que la universidad desarrolle planes y programas al respecto?
 - ¿Por qué?

El tercer módulo está enfocado sobre los elementos puntuales que consideran ellos deberían cambiarse o adicionarse en bienestar para mejorar su experiencia de vida universitaria a partir de la concepción de bienestar antes expuesta, indicando si cambiarían o no los programas de bienestar institucional existentes.

11. Ante el planteamiento de los componentes que hacen parte de bienestar institucional. ¿Cuál es tu percepción sobre el acompañamiento que realiza a los estudiantes?
12. ¿Consideras que estos son suficientes y necesarios para abarcar el bienestar de los estudiantes?
- ¿Por qué?
13. ¿Considerarías necesario cambiar o no tener en cuenta algunos de los planes ofrecidos por bienestar institucional?

- a. *Si la respuesta es sí: ¿cuáles?
 - b. ¿Por qué?
- 14.** ¿Consideras necesario que bienestar institucional incluyera planes de atención adicionales?
- a. *Si la respuesta es sí: ¿cuáles?
 - b. ¿Por qué?

Muchas gracias por tu colaboración.

FIN DEL EJERCICIO.