

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE  
LA FACULTAD DE INGENIERÍA DE LA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

YONATHAN ALEXANDER CASTAÑO CASTAÑO

Trabajo de investigación para optar al título de Psicólogo

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

2019

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE  
LA FACULTAD DE INGENIERÍA DE LA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

YONATHAN ALEXANDER CASTAÑO CASTAÑO

Trabajo de investigación para optar al título de Psicólogo

Asesor

ORLANDO ARROYAVE ÁLVAREZ

Doctor en Ciencias Sociales

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

2019

## TABLA DE CONTENIDO

<b>Introducción.....</b>	<b>9</b>
<b>1. Planteamiento del problema.....</b>	<b>14</b>
<b>2. Justificación.....</b>	<b>18</b>
<b>3. Objetivos.....</b>	<b>20</b>
<b>3.1 Objetivo general.....</b>	<b>20</b>
<b>3.2 Objetivos específicos.....</b>	<b>20</b>
<b>4. Marco de referencia.....</b>	<b>21</b>
<b>4.1 Antecedentes Investigativos.....</b>	<b>21</b>
<b>4.2 Descripción de los conceptos abordados en la investigación.....</b>	<b>28</b>
<b>4.3 El rendimiento académico.....</b>	<b>28</b>
<b>4.4 Variables que componen el rendimiento académico.....</b>	<b>31</b>
<b>4.5 Surgimiento y enfoques del bienestar psicológico .....</b>	<b>34</b>
<b>4.6 ¿Qué es el bienestar psicológico?.....</b>	<b>37</b>
<b>5. Diseño metodológico.....</b>	<b>41</b>
<b>5.1 Nivel de la investigación.....</b>	<b>41</b>
<b>5.2 Diseño de la investigación.....</b>	<b>41</b>
<b>5.3 Fases de la investigación.....</b>	<b>41</b>
<b>5.3.1 Análisis documental para delimitar las categorías de análisis .....</b>	<b>41</b>
<b>5.3.2 Desarrollo de instrumentos y herramientas para la recolección de datos .....</b>	<b>42</b>
<b>5.3.3 Recolección y tratamiento de los datos.....</b>	<b>42</b>
<b>5.3.4 Análisis de datos.....</b>	<b>42</b>
<b>6. Principios éticos en la investigación.....</b>	<b>43</b>
<b>7. Población y muestra.....</b>	<b>45</b>
<b>7.1 Características de la población.....</b>	<b>45</b>
<b>7.2 Descripción y procedimiento para obtener la muestra.....</b>	<b>45</b>
<b>7.3 Instrumento y recolección de datos.....</b>	<b>46</b>
<b>8. Resultados del estudio.....</b>	<b>48</b>
<b>8.1 Niveles de bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes .....</b>	<b>49</b>
<b>8.2 Dimensiones del bienestar psicológico.....</b>	<b>55</b>

<b>8.3 Resultados de las correlaciones.....</b>	<b>59</b>
<b>9. Discusión.....</b>	<b>61</b>
<b>10. Conclusiones.....</b>	<b>66</b>
<b>Referencias.....</b>	<b>67</b>
<b>Anexos.....</b>	<b>74</b>

## Lista de tablas

<b>Tabla 1. Datos demográficos de la muestra.....</b>	<b>45</b>
<b>Tabla 2. Tabla de contingencia entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico.....</b>	<b>51</b>
<b>Tabla 3. Coeficiente de correlación entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico.....</b>	<b>59</b>

## Lista de figuras.

<b>Figura 1. Niveles de bienestar.....</b>	<b>49</b>
<b>Figura 2. Promedio académico.....</b>	<b>51</b>
<b>Figura 3. Diferencias entre sexos con relación al bienestar.....</b>	<b>52</b>
<b>Figura 4. Diferencias entre sexos con relación al rendimiento.....</b>	<b>53</b>
<b>Figura 5. Relación entre edades y nivel de bienestar.....</b>	<b>54</b>
<b>Figura 6. Relación entre edades y nivel de rendimiento académico.....</b>	<b>55</b>
<b>Figura 7. Dimensiones del bienestar psicológico.....</b>	<b>57</b>
<b>Figura 8. Diferencias entre sexos en las dimensiones del bienestar psicológico.....</b>	<b>58</b>

## **Resumen**

En este estudio se examina la relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Antioquia. Participaron 161 estudiantes, 86 hombres y 75 mujeres. La edad de los participantes estuvo entre los 22 y los 50 años. Para medir el bienestar psicológico se utilizó la escala de bienestar psicológico de Ryff (que mide relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida) y para valorar el rendimiento académico de los participantes se utilizó el promedio obtenido en el último semestre finalizado. El estudio es de tipo correlacional- descriptivo con muestreo no probabilístico por conveniencia. Los datos fueron procesados con el paquete estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Los resultados han permitido determinar que existe una correlación positiva entre las variables bienestar psicológico y promedio académico de los estudiantes de pregrado de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Antioquia. Conviene aclarar, sin embargo, que esta correlación es débil, razón por la cual no se puede establecer que en esta población el bienestar psicológico aumente en función de un mejor promedio académico y viceversa, al menos no de una manera determinante.

**Palabras Clave:** bienestar psicológico, rendimiento académico, población universitaria.

## **Abstract**

In this study, the relationship between psychological well-being and academic yield is examined in the students of the Faculty of Engineering of the University of Antioquia. 161 students participated, 86 men and 75 women. The age of the participants was between 22 and 50 years old. To measure psychological well-being, the scale of Ryff was used (which measures positive relationships, autonomy, control of the environment, personal growth and purpose in life) and to assess the academic yield of the participants, the average obtained in the last semester ended. The study is of the correlational-descriptive type with non-probabilistic sampling for convenience. The data were processed with the statistical package SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). The results indicate that there is a positive correlation between the variables psychological well-being and the academic average of the undergraduate students of the Faculty of Engineering of the University of Antioquia. It should be clarified, however, that this correlation is weak, which is why it can not be established that in this population psychological well-being increases in function of a better academic average and vice versa, at least not in a decisive way.

**Keywords:** psychological well-being, academic yield, university population.

## **Introducción**

Este trabajo investigativo tiene como propósito describir la relación que existe entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Antioquia, tomando como referencia el periodo académico 2018-2, comprendido entre julio y noviembre del mismo año. El planteamiento inicial surgió del interés particular por el tema del bienestar psicológico y sus implicaciones en la vida académica, teniendo en cuenta la búsqueda de antecedentes donde se evidenciaron pocas investigaciones en las que se trabaje esta relación particular, tanto en el contexto universitario colombiano en general como, específicamente, en la Universidad de Antioquia.

En la vida universitaria las instituciones educativas se encuentran en un proceso de mejoramiento constante como respuesta a las dinámicas actuales de cambio y competitividad, viéndose obligadas a incrementar su eficiencia, a desplegar a plenitud sus capacidades y a sumar valor a sus estudiantes y demás grupos de interés (Mergen, Grant, Widrick, 2000), con lo cual la vida universitaria se hace más exigente para los estudiantes, consiguiendo en muchos casos que no alcanzan el rendimiento que se espera de ellos.

En este escenario, la gran mayoría de estudiantes experimenta un grado elevado de estrés, puesto que debe responder por obligaciones académicas que en muchos casos conllevan sobrecarga de responsabilidades y trabajos, además de la evaluación de sus profesores, compañeros, padres y la suya propia sobre su desempeño, generando malestar, lo cual puede afectar negativamente su rendimiento como su salud física y mental (Berrio y Mazo, 2011). Además, estos estudiantes, en su mayoría jóvenes, se encuentran en un periodo de desarrollo caracterizado por cambios significativos que implican el afrontamiento de situaciones desagradables y las demandas del medio circundante (Carranza, Hernández, Alhuay-Quispe, 2017).

En este contexto es evidente que el estudiante se ve movilizado en su parte emocional y afectiva y en su capacidad de hacer frente a un gran número de exigencias y retos. En concordancia con esta idea, Rosa-Rodríguez, Negrón, Maldonado, Quiñones y Toledo (2015) señalan: “las responsabilidades de un estudiante universitario son muy diferentes a las de otros miembros de la población en general, ya que están sometidos a constantes evaluaciones tanto académicas como personales y sociales” (p. 33), lo que podría incidir en su desempeño.

Esta problemática nos llevó a cuestionarnos por el impacto que dichos componentes tienen en el desempeño académico de los estudiantes. Para tratar de responder a este interrogante se buscó, en primer lugar, una variable capaz de abarcar todos los elementos que identificamos previamente; la respuesta a esta pregunta fue el constructo de bienestar psicológico, puesto que comprende los factores emocionales, afectivos y cognitivos que están en juego en la respuesta de los estudiantes a las exigencias que tienen lugar en su proceso formativo.

Para ello, se revisaron diferentes propuestas teóricas, dentro de las cuales se eligió la de Ryff y Keyes (1995), quienes postulan un modelo para entender el bienestar psicológico desde una perspectiva multidimensional (autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal), generando, desde nuestro punto de vista, un entendimiento holístico y global de este problema.

En segundo lugar, se indagó por el concepto de rendimiento académico, pues constituye el elemento que permite a los estudiantes dar cuenta de su desempeño y capacidad de funcionamiento en las instituciones educativas. Este concepto fue abordado a partir de los planteamientos de Garbanzo (2007) y Rodríguez (1985), dado que sus propuestas se basan en una perspectiva de entendimiento múltiple que se compone de elementos, tanto internos como

externos, a través de diversas categorías: determinantes personales, determinantes sociales y determinantes institucionales. Esta perspectiva múltiple conlleva una comprensión más extensa del constructo, generando mayor poder explicativo de los distintos factores que intervienen en él.

En cuanto al diseño metodológico, se hizo una investigación de tipo correlacional-descriptivo que, por su naturaleza, consiste en especificar los fenómenos que intervienen en el problema estudiado, sin establecer relaciones de causalidad. Además, se buscó detallar el nivel de la población en las variables analizadas, sus características y el perfil alcanzado de acuerdo con los resultados observados (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Como técnica de recolección de información se aplicó la adaptación española de la Prueba de Bienestar Psicológico de Ryff (Díaz, Rodríguez, Blanco, Moreno, Gallardo, Valle y Dierendock, 2006), con la finalidad de medir las variables del constructo evaluado. A su vez, se añadió al cuestionario un autorreporte sobre las calificaciones obtenidas por los estudiantes en el último semestre aprobado.

Los resultados mostraron una correlación positiva, aunque de débil, entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico, lo que implica, que no se puede establecer en la población estudiada que el rendimiento académico aumente en función de un mejor bienestar psicológico y viceversa.

Se encontró que los estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Antioquia presentan una percepción muy positiva con relación a su bienestar psicológico; esto se ve reflejado en los altos puntajes que obtuvieron en cada una de las dimensiones componentes del instrumento para medir dicho constructo, es decir, los estudiantes presentan una alta habilidad para utilizar sus capacidades, desarrollar sus potencialidades, manejar las exigencias y oportunidades, ser independientes a la hora de elegir, resistir la presión social,

aprovechar las posibilidades que les ofrece su entorno e influir sobre el ambiente que les rodea.

Con respecto a su promedio académico, los estudiantes obtuvieron puntuaciones aceptables y sobresalientes en su mayoría, lo cual evidencia su capacidad para adaptarse a las condiciones del contexto, ser funcionales y alcanzar ciertos objetivos con relación a su proyecto de vida y desarrollo académico.

En relación a las diferencias entre los grupos poblacionales, se observó que los estudiantes de mayor edad tienen mejores niveles de bienestar psicológico y rendimiento académico en comparación a los otros grupos de edades. Lo observado en su bienestar concuerda con lo planteado por Ryff (1989a), quien señala que a medida que los individuos alcanzan la edad adulta, los niveles de autonomía, dominio del entorno y sentimientos positivos de crecimiento personal, comienzan a aumentar, indicando que el bienestar psicológico tiene una estrecha relación con el ciclo vital; por tanto, la percepción de los individuos acerca de sus habilidades, expectativas y metas va cambiando.

Finalmente, se resalta, de acuerdo a los resultados de las correlaciones dadas en esta investigación, que se hace necesario ampliar los estudios para determinar otras variables que puedan tener incidencias sobre el bienestar psicológico y el rendimiento académico de los estudiantes, puesto que, el resultado evidenciado en las correlaciones, podría indicar la presencia de otras variables que afectarían la forma en que los estudiantes perciben su bienestar psicológico y los resultados expresados a través de su rendimiento académico. Esto quiere decir que, aunque en esta población se puede evidenciar un aumento de la percepción de bienestar acompañada de un aumento en el promedio académico, esto no se da de forma determinante, con lo cual deja abierto el interrogante respecto a la manera en que se da la

relación entre las variables y en la interpretación de las mismas en los estudiantes de la Facultad de Ingeniería de U. de A.

## **1. Planteamiento del problema**

El propósito de esta investigación es conocer si existe relación entre los constructos de bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Antioquía, puesto que la respuesta a esta pregunta podría direccionar los trabajos y esfuerzos orientados hacia esta población estudiantil.

Inicialmente es importante señalar, de acuerdo a Garbanzo (2007), que las condiciones mundiales actuales, caracterizadas por el rápido avance del conocimiento, la fluidez en la transmisión de información y los cambios acelerados en las estructuras sociales, otorgan gran importancia a la calificación del capital humano. Con lo cual se genera un contexto de continuos cambios que implican mayores exigencias respecto a la preparación académica de los estudiantes que se disponen para afrontar los desafíos de la vida universitaria. Esto tiene, para algunos estudiantes, implicaciones positivas, motivaciones y retos, pero, para otros, puede suscitar malestar, presión y altos niveles de estrés.

La forma de enfrentar el estrés, que deriva de las exigencias académicas, podría afectar de manera positiva o negativa la percepción que los estudiantes tienen sobre su bienestar psicológico, generando aprendizajes y experiencias positivas o al contrario síntomas negativos para el proceso académico del estudiante en formación.

Dicho proceso formativo se evidencia a través del rendimiento académico que, según Páez (1987), es el indicador funcional más importante dentro de las instituciones educativas, pues permite identificar el nivel en que cada estudiante consigue los objetivos propuestos, y las condiciones bajo las cuales se produce este logro.

Un buen rendimiento académico, evidencia la capacidad de lograr objetivos, ser funcional en su contexto y alcanzar dominio sobre él (Rodríguez, Fita y Torrado, 2004; Díaz, Peío, Arias, Escudero, Rodríguez y Vidal, 2002; Garbanzo, 2007). Esto nos lleva a pensar,

automáticamente en los planteamientos de Ryff y Keyes (1995), sobre el bienestar psicológico, los cuales proponen una de las formas en la que se evidencia éste: la capacidad del individuo de manejar exigencias y hacer uso de las oportunidades del ambiente, logrando una mayor sensación de control sobre el mundo y sobre el entorno que les rodea, características de una persona con un buen desempeño académico.

De igual manera, varios de los elementos contenidos en el concepto de bienestar nos remiten a pensar en características del constructo de rendimiento académico, dados los puntos en común entre las definiciones. Así evidenciamos que el bienestar se ha ligado a experiencias que buscan y facilitan la realización de las personas y su desarrollo óptimo (Ryan y Deci, 2001), lo que se suele asociar como el estar bien en cuanto a condiciones de vida y a condiciones subjetivas (López, Madera y Ramírez, 2012), logrando un impacto favorable en la salud en general, en particular sobre indicadores funcionales (Barrantes y Bonilla, 2015).

Así mismo, Taylor (1991, citado en García-Viniegras y González, 2000) plantea que “Cuando un individuo se siente bien es más productivo, sociable y creativo, posee una proyección de futuro positiva, infunde felicidad y la felicidad implica capacidad de amar, trabajar, relacionarse socialmente y controlar el medio” (p. 587). Estos planteamientos son muestra de las similitudes y puntos en común entre ambas variables, además nos cuestionan sobre la naturaleza de la relación entre el rendimiento y el bienestar psicológico expresada en cada una de sus dimensiones, y sus posibles implicaciones en el proceso académico de los estudiantes de cara a la elaboración de esta investigación.

Cabe anotar además que estas variables han sido objeto de estudio e interés de sectores académicos, sociales y políticos a lo largo del tiempo, a través de diversas investigaciones que han evaluado sus implicaciones en múltiples contextos; sus alcances y acciones constituyen

un importante insumo para generar mejores niveles de bienestar y rendimiento académico en individuos y comunidades, objeto de esta investigación.

Respecto al bienestar, es importante mencionar, que en el contexto colombiano los trabajos han sido enfocados, en su mayoría, hacia poblaciones de personas mayores y en muy pocas ocasiones hacia poblaciones juveniles, especialmente en un ámbito tan importante como lo es el universitario, que constituye un momento crucial en la formación y el futuro de los jóvenes, y que, por lo tanto, se convierte en un elemento interesante para ser investigado.

Para llevar a cabo esta investigación hemos abordado las seis dimensiones del constructo de bienestar, propuestas por Ryff y Keyes (1995), pues no podemos pensar en una idea de bienestar que sea excluyente en sus dimensiones o que se centre en algunas de ellas. Además, esperamos que esta investigación permita determinar si existe una correlación positiva entre obtener un alto rendimiento académico y experimentar bienestar psicológico o si, al contrario, los estudiantes que obtienen mejor rendimiento académico son aquellos que experimentan niveles más bajos de bienestar, en este mismo sentido será importante establecer qué tipo de estudiantes puntúan más alto entre los diferentes niveles de las dos variables evaluadas, según su edad, sexo y número de créditos matriculados.

El tipo de correlación que se encuentre será un punto de partida para encaminar acciones que permitan mejorar las condiciones de los estudiantes de la Facultad de Ingeniería y, por consiguiente, trabajar en pro de afectar positivamente su rendimiento, permanencia en la Universidad y sus condiciones de vida, a través de diversas estrategias que se puedan encaminar desde el trabajo sobre la promoción, prevención y sus acciones derivadas.

Por todas las razones abordadas anteriormente, consideramos que la población de estudiantes de Ingeniería de la Universidad de Antioquia constituye un interesante grupo para esta investigación, pues en ella se dan todas las condiciones necesarias para llevar a cabo ésta.

Por lo cual es válido preguntarnos: ¿cuál es la relación entre el rendimiento académico y los diferentes niveles de bienestar psicológico en estudiantes de Ingeniería de la Universidad de Antioquia?

## 2. Justificación

Londoño (2009) destaca que el ingreso a la universidad, por parte de los jóvenes, implica un desafío importante para las instituciones universitarias, puesto que de las orientaciones que se ofrezcan al estudiante depende, en gran medida, el nivel de ajuste necesario para alcanzar el éxito académico y la finalización exitosa de su proceso formativo. Este proceso no es fácil, puesto que existen diversos factores que inciden en la permanencia académica de los estudiantes, entre estos, desorientación con relación a la carrera, problemas económicos, bajo rendimiento y dificultades familiares.

Las consecuencias de este proceso, va más allá de lo educativo, ya que tiene implicaciones directas en la salud del individuo, en su familia y en su comunidad (Londoño, 2009), con lo cual existen factores psicosociales que pueden favorecer la adaptación a la vida universitaria, el rendimiento y el alcance de los objetivos en los jóvenes universitarios; estos factores se pueden comprender desde el constructo de bienestar psicológico.

El bienestar psicológico es entendido como la capacidad del ser humano para identificar y movilizar sus propios bienes con el fin de afrontar las emociones negativas, las cogniciones y las conductas de manera asertiva (Sanhgani, Upadhyay y Sharma, 2013); igualmente se relaciona con el funcionamiento adaptativo del individuo ante las demandas del contexto, teniendo en cuenta no solo la experiencia emocional sino las evaluaciones cognitivas que realiza un individuo sobre dicha demanda y sus propios recursos para responder a las mismas (Ryff y Singer, 1998).

De esta forma el bienestar psicológico comprende un aspecto esencial en el ser humano que evidencia la capacidad de ser funcional y adaptarse al medio, el desarrollo de estas capacidades constituye el reto de los estudiantes que inician en las universidades e intentan ajustarse a las dinámicas y desafíos de su reciente forma de vida. Así mismo estas

dificultades y repercusiones que se encuentran en algunos estudiantes, se podrían amortiguar si de alguna manera se lograra poner los medios adecuados para acompañarlos en este proceso (Herrera, Nieto, Rodríguez y Cruz, 1999).

En este sentido, generar conocimiento al respecto puede ser útil como herramienta para elaborar programas de promoción y prevención en el área de bienestar universitario que se dirijan a desarrollar y fortalecer programas de acompañamiento universitario desde una perspectiva integral que tome en cuenta el funcionamiento de los estudiantes expresado desde su rendimiento en la institución educativa como también las valoraciones acerca de sí mismos y de las propias condiciones expresado desde su percepción de bienestar.

De igual manera contribuir con la identificación de posibles dificultades en la dinámica actual de los estudiantes en formación, en este contexto específico donde no existen antecedentes investigativos en relación a esta temática, obteniendo datos que posibiliten algunas recomendaciones con miras a futuras investigaciones dentro de la institución en pro de mejorar las condiciones de los estudiantes. De esta forma la investigación deriva en conocimiento para la disciplina y su ejercicio.

### **3. Objetivos**

#### **3.1 Objetivo general**

Determinar el tipo de correlación que se da entre los diferentes niveles de bienestar psicológico y el rendimiento académico en estudiantes de la facultad de Ingeniería (U. de A.)

#### **3.2 Objetivos específicos**

Describir los diferentes niveles de bienestar que se presentan en los estudiantes de la Facultad de Ingeniería, a través de la aplicación de la adaptación española del cuestionario de bienestar psicológico de Ryff propuesta por Díaz et al. (2006).

Establecer el nivel de bienestar psicológico de cada una de las dimensiones propuestas en el cuestionario de bienestar psicológico.

Determinar el rendimiento académico en los estudiantes de la facultad de ingeniería, a través de su promedio alcanzado.

## **4. Marco de referencia**

### **4.1 Antecedentes investigativos**

Para acercarse a la temática se realizó una búsqueda de antecedentes de investigación en las siguientes bases de datos: Ebsco, Dialnet, Wilson, Scielo, Springer Link, Scopus, Science Direct, DOAJ y además búsquedas en google academics y en el buscador de google. Los resultados que arrojaron los estudios se pueden dividir en los siguientes grupos: el primero, sobre el bienestar psicológico en estudiantes universitarios; el segundo grupo, sobre el rendimiento académico en estudiantes universitarios; y el tercero, sobre la relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios.

En el primer grupo se destaca el trabajo de Freire (2014), que investigó la influencia del bienestar psicológico en el afrontamiento del estrés académico en estudiantes universitarios españoles. Para esta investigación se utilizó la adaptación española de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y la escala de Afrontamiento de Estrés Académico (A-CEA). Los resultados en la escala de bienestar psicológico puntuaron por encima de la media en la población evaluada, con lo cual se pudo establecer que los estudiantes gozaban de una buena salud psicológica, especialmente en lo concerniente a las relaciones positivas con otras personas y al crecimiento personal. Además, se encontraron niveles elevados de afrontamiento del estrés, evidenciando que a la hora de hacer frente a un problema de orden académico los estudiantes suelen acudir a sus fuentes de apoyo. Por último, se observó una relación positiva entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés académico.

Por su parte, Barrantes y Bonilla (2015) identificaron el estado de bienestar psicológico y subjetivo de 402 estudiantes costarricenses que respondieron a las escalas de Bienestar Psicológico, Afectividad y satisfacción con la vida. En esta investigación, se encontraron niveles elevados de bienestar psicológico, principalmente en las áreas de

crecimiento personal y propósito en la vida; en niveles más bajos se ubicaron los componentes de “autonomía” y “dominio del entorno”.

En esta misma línea, García (2013) realizó un estudio sobre bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles, que permitió analizar las diferencias en el constructo de bienestar psicológico en función de la edad y el sexo, en una muestra de 180 estudiantes universitarios (138 mujeres, 76.7%; 42 hombres, 23.3%) con edades entre 18 y 55 años,  $M = 22.91$ ,  $DT = 6.71$ . En este trabajo se utilizó la adaptación española de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff para valorar el nivel de bienestar psicológico y la prueba de Mann-Whitney para realizar los análisis de las diferencias y la comparación entre grupos. Los participantes adultos maduros (30-55 años) puntuaron significativamente más alto que los jóvenes (18-29 años) en Autoaceptación, Dominio del Entorno, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida, y las mujeres significativamente más alto que los hombres en Crecimiento Personal.

Otro estudio significativo fue llevado a cabo por Raleig, Beramendi y Delfino (2011), con estudiantes universitarios argentinos. Participaron en esta investigación, 120 estudiantes universitarios de ambos sexos, a los cuales se les aplicó la adaptación española del cuestionario de Bienestar Psicológico de Ryff y el Cuestionario de Bienestar Social de Keyes. Según el resultado, para las dos escalas estudiadas, los jóvenes presentaban altos niveles de bienestar psicológico y social, aunque se encontraron diferencias en relación a las variables sociodemográficas.

En cuanto al segundo grupo de estudios, relacionados al rendimiento académico en población universitaria y otras variables asociadas, se examinaron algunas investigaciones entre las que se destaca, en primer lugar, el trabajo de Garbanzo (2007), donde se analizaron factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios de educación

pública en España, México, Colombia, Cuba y Costa Rica, encontrando tres categorías de elementos que influyen en el rendimiento académico. Estas categorías son de carácter multicausal e incluyen aspectos internos y externos del orden social, cognitivo y emocional, clasificadas en: determinantes personales, determinantes sociales y determinantes institucionales. Cada una de estas categorías asociadas posee varias subcategorías o indicadores. Con lo cual se concluyó, que existen diversos factores que interactúan en la persona que aprende. Además se determinó que algunos de estos factores inciden mayormente en el rendimiento académico, lo que permite predecir posibles resultados académicos y analizar su incidencia sobre la calidad educativa, constituyendo una valiosa herramienta para la toma de decisiones en este campo.

Otro trabajo importante es el de Rodríguez, Fita y Torrado (2004), en el cual se analizó la transición secundaria – universidad, desde la perspectiva del rendimiento académico en dos cohortes (98-99 y 99-00). El estudio longitudinal abarcó los dos primeros años de formación en la Universidad de Barcelona. Los resultados evidenciaron que no hay diferencias significativas entre las diferentes cohortes con relación al rendimiento académico. De la misma manera se observó que el género no constituye un factor diferenciador del rendimiento académico y que los alumnos de primera opción obtuvieron mejores resultados en comparación con los otros grupos de alumnos. Factores como el rendimiento previo y la nota de acceso constituyeron claros predictores del rendimiento académico en los dos primeros años de universidad.

Por su parte, Garzón y Gil (2017) analizaron la relación que se da entre la gestión del tiempo y el rendimiento académico en estudiantes universitarios; para ello utilizaron una muestra de 494 estudiantes de primer año de da la Universidad El Bosque y Uniempresarial en la ciudad de Bogotá, de las carreras de Psicología, Educación Bilingüe, Pedagogía, Ingeniería de Sistemas, Ingeniería Electrónica, Administración de Empresas, Finanzas,

Comercio Exterior, Negocios Internacionales y Marketing. Los resultados permitieron identificar una correlación significativa entre las dos variables analizadas.

Gargallo, Garfella, Sánchez, Ross y Serra (2008) investigaron, a su vez, sobre la influencia del autoconcepto en el rendimiento académico de 1298 estudiantes universitarios de Valencia España, en tres universidades de esta ciudad: Universidad de Valencia, Universidad Politécnica de Valencia y Universidad Católica de Valencia. El autoconcepto se evaluó mediante el cuestionario AF5, obteniendo puntuaciones en cinco tipos de autoconcepto: académico/laboral, emocional, familiar, físico y social. El rendimiento académico se obtuvo tomando la medida de cinco asignaturas obligatorias del curso en que se realizó la investigación. Se encontró una correlación positiva y se observó que el autoconcepto académico presentaba mayor influencia en el rendimiento académico, esto es, el hecho de autoperibirse como buen estudiante a nivel académico, suele estar refrendado por resultados positivos. Así mismo se evidenció que el autoconcepto físico y el familiar también presentan relación con el rendimiento, permaneciendo el autoconcepto social y emocional ajenos a la cuestión.

Otra perspectiva en este grupo de investigaciones es aportada por Alducín y Vázquez (2017), quienes estudiaron la relación que se da entre los estilos de aprendizaje, las variables sociodemográficas y el rendimiento académico en 161 estudiantes de ingeniería de edificación. Los resultados evidenciaron predominio del estilo reflexivo y diferentes promedios en función de las materias analizadas. No se encontraron diferencias significativas respecto al género, calificación de acceso a la universidad, titularidad del centro de estudios previos, y sí en las variables de edad, modalidad de acceso a la universidad, y estudiantes que trabajan. Se concluyó en esta investigación que es necesario desarrollar estrategias docentes que den cabida a todos los estilos para mejorar el rendimiento buscando fomentarlos en el estudiante de manera equilibrada, con lo cual el desempeño como profesional de ingeniería

exige tener simultáneamente características de cuatro los estilos de aprendizaje: activo, reflexivo, teórico y pragmático.

El tercer grupo de estudios analiza la relación que se da entre el rendimiento académico y el bienestar psicológico a través de diversas investigaciones que se han realizado en distintos contextos; estos estudios incluyen investigaciones en las que se analiza exclusivamente la relación entre estas dos variables y, a su vez la relación con otras variables de tipo subjetivo, demográfico o de carácter social.

Uno de los estudios más importantes encontrado fue realizado por Salanova, Martínez, Bresó, Llorents y Grau (2005), titulado “Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico”. Dicha investigación se realizó con 872 de estudiantes de la Universidad Jaume I (España), procedentes de 18 pregrados pertenecientes a los tres centros de esta universidad. Los resultados fueron obtenidos a través de un cuestionario de autoinforme y de técnicas cualitativas (*brainstorming* y *focus groups*), encontrando una relación positiva entre los obstáculos en el estudio, el *burnout* y la propensión al abandono académico. Los facilitadores en el estudio se relacionaron positivamente con el *engagement*, compromiso, autoeficacia, satisfacción y felicidad. En cuanto al desempeño académico, se encontró la existencia de círculos de espirales positivas y negativas en las relaciones entre éxito/fracaso pasado, bienestar/malestar psicológico y éxito/fracaso futuro, respectivamente. Por último, se plantearon medidas de intervención de cara a la reducción de obstáculos y la optimización de los facilitadores en el proceso enseñanza- aprendizaje.

Veliz y Apodaca (2012), estudiaron los niveles de autoconcepto, autoeficacia académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la ciudad de Temuco en Chile, para lo cual se revisaron baremos de tres escalas en 691 sujetos. Los hombres

presentaron mayor nivel de autoconcepto emocional y físico. A mayores edades se observaron mejores niveles de autoconcepto académico, emocional, familiar y físico. En área disciplinar, los estudiantes de salud presentaron mejor autoconcepto académico, los de educación mejor autoconcepto social y los del área psicosocial mayor nivel emocional y familiar. Respecto a la autoeficacia académica no se encontraron diferencias entre hombres y mujeres. En relación al bienestar psicológico, de acuerdo a esta investigación, los hombres presentaron mayor autonomía y las mujeres mayor dominio del entorno. Los estudiantes de salud presentaron los mejores niveles en las dimensiones evaluadas.

Otro estudio importante fue llevado a cabo por Chow (2010), quien realizó una investigación de predicción de éxito académico y bienestar psicológico en estudiantes universitarios canadienses mediante la aplicación de un autoinforme a un total de 505 estudiantes. Se encontró respecto al rendimiento académico que la edad se asociaba positivamente con un mejor promedio. Así mismo se observó un vínculo positivo entre el rendimiento académico y las aspiraciones educativas, los estudiantes que dedicaron más tiempo al estudio se desempeñaron mejor académicamente. El logro educativo del padre, surgió como otra variable predictiva del rendimiento de los estudiantes; este resultado se asoció a la importancia que los padres atribuyen al logro educativo y su aliento específico a las actividades académicas. Este análisis también subraya la importancia de la salud física de los estudiantes en el rendimiento académico. Se encontró igualmente, una correlación positiva entre los niveles de estrés y el desempeño académico de los estudiantes. Los estudiantes que exhibieron un mejor bienestar psicológico se desempeñaron mejor académicamente. Los estudiantes varones reportaron un mayor nivel de bienestar. Los estudiantes que informaron relaciones más positivas con sus seres queridos mostraron mayores niveles de bienestar psicológico y los estudiantes que mostraron mejor satisfacción con la apariencia física y la autoimagen presentaron mayores niveles de bienestar.

Los trabajos reseñados anteriormente nos permiten evidenciar que por lo general las variables que más se han asociado con el bienestar psicológico y rendimiento académico han sido las de bienestar social, estilos de aprendizaje, autoconcepto y estrategias de afrontamiento. Los resultados obtenidos en estas investigaciones mostraron resultados muy diversos; por lo general, se observó una relación positiva entre usar un mayor número de estrategias de afrontamiento y experimentar mayores niveles de bienestar; esta misma relación se evidencio al comparar el constructo de autoconcepto con el de bienestar psicológico, el de estilos de aprendizaje con el de bienestar psicológico y al comparar el bienestar social y psicológico con el rendimiento académico. Con relación al estrés percibido y los niveles de bienestar se observó una relación negativa.

Respecto a las diferencias según el tipo de población se encontró que los grupos de personas mayores puntúan mejor en algunas dimensiones del constructo de bienestar y por lo general obtienen mejores promedios. En cuanto al género no se evidenciaron diferencias significativas. Referente a las correlaciones entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico se observaron correlaciones significativas en algunos casos y en otros no significativas; por último, es de anotar que el enfoque más observado fue el de tipo cuantitativo.

Estos resultados aportan un panorama general que nutre de elementos nuestra investigación y orientan el trabajo hacia una perspectiva más global, nos permiten evidenciar lo que se ha hecho y también pensar en lo que se podría aportar. De igual modo es necesario aclarar que la mayoría de investigaciones realizadas hasta la fecha es en otros contextos; esto se debe tomar en cuenta, pues las condiciones culturales y sociales son diferentes y, por lo tanto, no es conveniente interpretar literalmente estos resultados en relación a nuestro contexto particular.

## **4.2 Descripción de los conceptos abordados en la investigación**

A continuación se abordarán las nociones teóricas de los constructos de bienestar psicológico y rendimiento académico que fundamentaron la presente investigación. En primer lugar, se revisará el concepto de rendimiento académico, haciendo énfasis en las principales definiciones, los puntos en común y los desacuerdos entre los distintos autores, para concluir con la propuesta que, a nuestro juicio, resulta más conveniente en el desarrollo de esta investigación, el entendimiento multicausal. En segundo lugar, se abordará el concepto de bienestar psicológico, revisando sus antecedentes históricos, sus definiciones más importantes y los principales modelos teóricos, para concluir con la propuesta multicausal que permite el entendimiento desde una perspectiva amplia, la cual se alinea al sentido de esta investigación.

## **4.3 El Rendimiento académico**

El rendimiento académico es una de las dimensiones más importantes en el proceso de enseñanza aprendizaje (Edel, 2003), constituyéndose en un factor imprescindible en la valoración de la calidad, debido a que permite una aproximación a la realidad educativa (Díaz, Peío, Arias, Escudero, Rodriguez y Vidal, 2002). Su propósito es alcanzar una meta, un aprendizaje, a través de la transformación de un estado determinado en un estado nuevo (Lamas, 2015).

Para comprenderlo es necesario distinguir entre dos tipos de rendimiento: el rendimiento inmediato (notas académicas), que se plantea en términos de éxito, de superación de demandas en el momento de aprobar una asignatura o curso; y el rendimiento diferido (logros personales y profesionales), entre los que se trata de valorar la calidad de formación recibida durante los estudios y el tipo de trabajo laboral que desarrollan los sujetos (Díaz et al., 2002).

De lo anterior, se hace necesario resaltar el rendimiento inmediato, relacionado con las notas obtenidas, ya que es un indicador preciso y accesible que certifica el logro alcanzado, y que nos permite asumir, que las notas reflejan los logros académicos en los diferentes elementos que componen el aprendizaje, estos incluyen aspectos personales, académicos y sociales (Rodríguez, Fita y Torrado, 2004).

Por otra parte, Escudero (1999) plantea:

Las calificaciones, son una medida de los resultados de la enseñanza, pero no estrictamente de su calidad, pues están condicionadas no sólo por la calidad de los alumnos, sino también por el criterio y el rigor personal del profesor a la hora de diseñar la enseñanza y valorar y calificar el aprendizaje y el rendimiento académico. (p. 254)

En este sentido, Jiménez (2000) señala que se pueden tener buenas aptitudes y una buena capacidad intelectual y, sin embargo, no obtener un buen rendimiento académico.

Los planteamientos anteriores demuestran que obtener buenas calificaciones no siempre es sinónimo de calidad educativa y aprendizaje, y que aún, con diferentes resultados respecto al rendimiento académico de los estudiantes, hay situaciones que pueden favorecer o desfavorecer los resultados alcanzados, por lo que la objetividad de la medida no se cumple en todas las condiciones y siempre habrá que analizar cada situación de manera particular.

Este recorrido nos permite entender que el rendimiento académico es un concepto derivado de la suma de diversos y complejos factores con influencia en la persona que aprende (Garbanzo, 2007), por lo cual no es fácil de definir unívocamente e interpretarse en un solo sentido (Tejedor, 1998).

Los autores consultados, anteriormente, coinciden, no obstante, con Rodríguez (1985) y Garbanzo (2007) en afirmar que el concepto de rendimiento académico es multidimensional, dada la pluralidad de objetivos y logros perseguidos por la acción

educativa. Por este motivo existen muchas definiciones de este concepto; a continuación, se proponen algunas.

Pizarro (1985) entiende el rendimiento académico como una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiesta, en forma valorativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de su proceso de formación o instrucción.

Por su parte Martínez-Otero (2002), lo define como “el producto que da el alumnado en los centros de enseñanza y que habitualmente se expresa a través de las calificaciones escolares”. El autor aclara que esta definición se centra en los resultados, y aunque la educación debe atender a sobre todo a los procesos, las notas constituyen los indicadores oficiales del rendimiento académico.

En este mismo sentido, Páez (1987) establece que el rendimiento académico es el nivel en que cada estudiante consigue los objetivos propuestos y las condiciones bajo las cuales se produjo ese logro.

Chadwick (1979) define el rendimiento académico como la expresión de las capacidades y características psicológicas del estudiante que se actualizan a través de un proceso de enseñanza-aprendizaje. Esto conlleva un nivel de funcionamiento por parte del estudiante y la consecución de logros académicos a largo de un período, lo que se resume en un calificativo final expresado a través de una nota.

En síntesis, de acuerdo a los autores revisados, los estudios sobre el rendimiento académico permiten distinguir tres maneras de cómo ha sido el abordaje de éste: 1) como resultado cuantitativo; 2) como juicio evaluativo cualitativo, esto es, el “proceso” llevado a cabo por el estudiante en su formación académica; y 3) de manera combinada, asumiendo el rendimiento como proceso y resultado. Lo que evidencia estas tres formas de abordar el rendimiento académico, es una combinación de calificaciones numéricas, a través de un

sistema de calificaciones por el cual se obtiene un resultado, y juicios de valor sobre las capacidades y el saber hacer de los estudiantes (Montes y Lerner, 2011).

#### **4.4 Variables que componen el rendimiento académico**

El rendimiento académico ha sido un concepto desarrollado ampliamente, y sobre él se han realizado muchas interpretaciones, dado su carácter multicausal (Rodríguez, 1985; Garbanzo, 2007). Su adecuado entendimiento comprende diversos factores que intentan responder las preguntas, por qué una persona puede obtener mejor o peor rendimiento académico y cuáles son las variables que se asocian a esto. A continuación, se revisarán algunas de los planteamientos que abordan posibles respuestas a estas preguntas.

Garbanzo (2007) plantea que el rendimiento académico, por ser multicausal, envuelve una enorme capacidad explicativa de los distintos factores y espacios temporales que intervienen en el proceso de aprendizaje. Esta autora propone que existen diferentes aspectos asociados al rendimiento académico de orden social, cognitivo y emocional, que son de carácter interno o externo y que presentan subcategorías o indicadores; según Garbanzo (2007), estos se pueden dividir en tres:

- a) *Determinantes personales*: aquí se encuentran aquellos factores de índole personal, cuyas interrelaciones se pueden producir en función de variables subjetivas, sociales e institucionales. Sus factores asociados son: competencia cognitiva, motivación, condiciones cognitivas, autoconcepto académico, autoeficacia percibida, bienestar psicológico, satisfacción, abandono con respecto a los estudios, asistencia a clases, inteligencia, aptitudes, sexo, formación académica previa a la universidad y nota de acceso a la universidad.
- b) *Determinantes sociales*: aquí estarían aquellos factores asociados al rendimiento académico de índole social que interactúan con la vida académica del estudiante. Las

interrelaciones se pueden producir entre sí y entre variables personales e institucionales, tales como: diferencias sociales, entorno familiar, nivel educativo de los progenitores o adultos responsables del estudiante, nivel educativo de la madre, contexto socio económico y variables demográficas.

- c) *Determinantes institucionales*: estos son componentes no personales que intervienen en el proceso educativo, donde al interactuar con los componentes personales influyen en el rendimiento académico alcanzado, tales como: elección de los estudios, según interés del estudiante, complejidad en los estudios, condiciones institucionales, servicios institucionales de apoyo, ambiente estudiantil, relación estudiante – profesor y pruebas específicas de ingreso a la carrera.

Garbanzo (2007) concluye que el rendimiento es el resultado de todos los factores que se mencionaron anteriormente y del mismo modo su conocimiento permitiría predecir posibles resultados académicos y analizar su incidencia en la calidad educativa, constituyendo así una importante herramienta para la toma de decisiones.

En esta misma línea Chávez (2006), define el rendimiento académico como un fenómeno multidimensional al que se le puede atribuir numerosas causas, las cuales dependen del contexto. Para este autor, las variables a considerar son: inteligencia y aptitudes, el autoconcepto, la motivación, la personalidad y la implicación familiar.

Por su parte, Renault, Cortada y Castro (2008) plantean que las diferencias en el rendimiento académico obedecen a tres tipos de factores: los intelectuales o cognitivos, los de actitud para el estudio y los afectivos. Sin embargo, aclaran que los estudios sobre cuáles de estos factores influyen más en comparación con los otros son contradictorios, pues, por una parte, hay investigaciones donde se afirma que los factores cognitivos y los de actitud para el estudio son los más importantes para predecir el éxito escolar (Eysenk y Eysenk, 1987 y Tiler,

1972, citados en Renault et al., 2008), mientras otros señalan que los factores exclusivamente cognitivos y de actitud son pobres predictores del rendimiento académico a largo plazo y del éxito laboral fuera de los entornos educativos (Stenmberg, Warner, Willians y Horvarth, 1995, citados en Renault et al., 2008).

Para Renault et al. (2008), en la actualidad las investigaciones están volcadas a la búsqueda de factores no cognitivos que podrían explicar de forma más apropiada el rendimiento académico; entre esos factores relevantes, está el contexto para comprender más adecuadamente los procesos de aprendizaje, ya que las interrelaciones que se presentan entre los diversos sistemas influyen en el logro de los aprendizajes, destacándose los contextos de crianza, su interrelación con el contexto específicamente educativo y el macrocontexto, el cual está constituido por la cultura en los que están inmersos los sujetos de aprendizajes.

Por último, Castejón y Navas (1992) plantean que en el modelo explicativo del rendimiento académico entran en juego variables personales, socioculturales y del proceso educativo; siendo las variables personales las más importantes y directas para la obtención del rendimiento académico.

Concluyendo, en la revisión anterior, el rendimiento académico puede ser comprendido desde múltiples perspectivas, algunas desde factores de tipo subjetivo, como la motivación o el tipo de personalidad; otras investigaciones, por su lado, destacan la importancia de la calidad de la educación y sus componentes; y, por último, algunas subrayan la importancia del tipo de contexto en el que tienen lugar los aprendizajes. Sin embargo, todos los autores asumen que cada uno de estos elementos influye en el rendimiento, sin desconocer que puedan existir otras variables no suficientemente estudiadas y que pueden influir en él; por lo tanto, se requieren de un entendimiento holístico de este fenómeno.

#### **4.5 Surgimiento y enfoques del bienestar psicológico**

Ryan y Deci (2001) señalan que, históricamente, el bienestar psicológico ha surgido de dos tradiciones: una asociada con la felicidad y el placer (bienestar hedónico) y otra relacionada con el desarrollo del potencial humano (bienestar eudaimónico). De estas dos tradiciones han surgido los constructos de bienestar subjetivo y bienestar psicológico (Keyes, Shmotkin y Riff, 2002, citados en Barrantes et. al., 2015).

Dentro de la perspectiva hedonista, se plantea la idea que el bienestar incluye una preferencia por el placer orientado al disfrute y las actividades nobles. La felicidad sería el resultado de una suma de momentos placenteros (Vásquez, Hervás, Rahona y Gómez, 2009). Esta visión se basa en la felicidad subjetiva construida sobre la experiencia de placer frente a displacer, incluyendo los juicios sobre los buenos y los malos elementos de la vida (Ryan y Deci, 2000). Otra definición acerca de este concepto es aportada por Cuadra y Florenzano (2003), para quienes el bienestar subjetivo hace referencia a lo que las personas piensan y sienten acerca de sus vidas, y a las deducciones cognoscitivas y afectivas que alcanzan cuando evalúan su existencia.

Por otra parte, la perspectiva eudaimónica da pie al concepto de bienestar psicológico. De hecho, desde esta perspectiva, se ha criticado a lo largo de la historia que la felicidad sea en sí misma el principal elemento del bienestar (Carrasco, Brustad, García, 2007). El bienestar psicológico trasciende las condiciones afectivas y las estimaciones a partir de la satisfacción vital, se encuentra en aspectos que buscan y facilitan la realización de las personas y su desarrollo óptimo (Ryan y Deci, 2001).

Díaz et al. (2006), por su parte, consideran que, mientras los postulados del bienestar subjetivo han mostrado especial interés en el estudio de los afectos y la satisfacción con la

vida, el bienestar psicológico ha orientado su atención en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, los principales indicadores del funcionamiento positivo.

Como vemos, por su carácter complejo, la definición del concepto del bienestar ha generado confusiones en su delimitación, esto es resultado de una diversidad de enfoques que no han llegado a un consenso (López, Madera y Ramírez, 2012). El bienestar ha sido conceptualizado desde distintos modelos, entre los que destacan las teorías universalistas, modelos situacionales (*bottom up*) y modelos personológicos (*top down*), teorías de la adaptación y teorías de las discrepancias (Castro, 2009).

Las teorías universalistas o teorías téticas, proponen que el logro de los objetivos o la satisfacción de las necesidades básicas permiten alcanzar la satisfacción. Por lo cual, el bienestar resulta de alcanzar diferentes objetivos en distintos estados de la vida (Diener, 1984; Dinner y larsen, 1991, citados en Castro, 2009). De acuerdo a Ryan, Sheldon, Kaiser, Deci (1996, citados en Castro, 2009), existen tres necesidades básicas universales (autonomía, competencia y relaciones) y consideran que en la medida en que las personas cubran esas necesidades estarán más satisfechas. El modelo se basa en que la satisfacción de necesidades más intrínsecas (por ejemplo, crecimiento personal, autonomía, etc.), trae aparejado un mayor bienestar psicológico. Las personas más felices son aquellas que tienen metas vitales más intrínsecas, con mayor coherencia y que otorgan mayor significado personal (Castro, 2009).

Los modelos situacionales plantean que la suma de los momentos felices dará como resultado la satisfacción en las personas. Este modelo otorga importancia a las circunstancias que las personas tienen que vivir, por lo tanto, desde este postulado se sugiere que las personas expuestas a mayor cantidad de eventos felices estarán más satisfechas con su vida (Diener, Sandvik y Pavot, 1991, citado en Castro, 2009).

Por otra parte, los modelos personológicos (*top down*) plantean que el bienestar es una consecuencia de la personalidad, con lo cual la satisfacción sería resultado de variables temperamentales (Castro, 2009).

Desde las teorías de la adaptación, a su vez, se considera la adaptación el elemento clave para entender la felicidad. Las personas sometidas al impacto de eventos estresantes se adaptan y vuelven al nivel de bienestar previo; esta teoría se basa en un modelo automático de habituación en el cual los sistemas reaccionan a las desviaciones del nivel de adaptación actual. Los procesos de habituación son adaptativos, lo que genera que el impacto de un evento se diluya con el tiempo (Diener, Lucas y Scollon, 2006, citados en Castro, 2009).

En la teoría de las discrepancias de Michalos (1986) se propone una integración de diferentes enfoques dentro del campo de la satisfacción, considerándose que la autopercepción del bienestar está autodeterminada y no presentando una única causa; con lo cual se explica el bienestar a partir de la comparación que hacen las personas entre sus estándares personales y el nivel de condiciones actuales.

Finalmente, es de destacar que en la actualidad la concepción de bienestar ha cambiado, tomando fuerza un enfoque más psicológico, que en palabras de Csikszentmihalyi (1998) considera que la felicidad radica en un estado mental que se puede controlar o estimular mediante estrategias cognitivas. El control sobre este flujo nos posibilita alcanzar serenidad y felicidad, a través de herramientas psicológicas encaminadas a reemplazar contenidos mentales, apaciguar el flujo mental o confrontar pensamientos negativos, interviniendo en las actitudes, los estilos perceptuales y las atribuciones, entre otros elementos (Castro, 2009).

De esta manera, el bienestar no es algo que suceda, no es cuestión de azar, sino una condición vital que se debe cultivar para alcanzarlo; los más felices son los que controlan sus experiencias para lograr calidad en sus vidas. (Csikszentmihalyi, 1998).

#### **4.6 ¿Qué es el bienestar psicológico?**

La palabra bienestar nos remite a pensar en el hecho de estar bien o tener las necesidades básicas resueltas, de hecho, los primeros estudios del bienestar se centraron en aspectos relacionados con las condiciones de vida y calidad de vida, todo esto con una fuerte inclinación a factores económicos. Sin embargo, se encontró más adelante, que las condiciones materiales no implicaban una mejora en el bienestar con lo cual se consideró que los motivos de la felicidad y, por tanto, del bienestar, respondían a causas internas (López et al. 2012).

En este mismo sentido, Chávez (2006) plantea que, aunque el bienestar psicológico ha sido durante años asociado a variables objetivas como la apariencia física o las buenas condiciones económicas, hoy en día se considera que tiene una perspectiva mucho más amplia, no solo relacionado con este tipo de variables sino también con la subjetividad individual.

Una perspectiva más rigurosa en el estudio del bienestar, se dio gracias a los aportes de la psicología positiva de la mano de Martin Seligman, quien orientó los estudios a través de un enfoque basado en las fortalezas (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000). Esto implicaba empoderar al individuo para que reconociera y movilizara sus propios recursos con el fin de hacer frente a emociones negativas, cogniciones y comportamientos de manera asertiva, sosteniendo un estado óptimo de bienestar (Sanhgani, Upadhyay y Sharma, 2013).

Lo anterior dio paso a los planteamientos de Huppert (2009), quien realizó una definición más completa del bienestar psicológico, conceptualizándolo como la capacidad de

vivir bien y de desempeñarse eficientemente, lo cual comprende no solo la experiencia subjetiva de estados afectivos positivos, sino la capacidad de adaptación y funcionamiento en el contexto ante la presencia de estados emocionales negativos, con lo cual el bienestar implica un continuo que va más allá de las sensaciones y experiencias emocionales y que no está sujeto a conceptos de presencia – ausencia, sino estados que varían de lo positivo a lo negativo.

En esta misma línea, Carrasco et al. (2007) proponen que la Psicología en nuestro siglo tiene como retos fundamentales ampliar su campo de acción y estudiar los mecanismos que permitan generar mejor calidad de vida en la población sana y potenciar sus recursos, de esta manera el bienestar psicológico debería centrarse en el despliegue de las capacidades y el desarrollo personal.

Otra perspectiva, de gran acogida en la actualidad, es la de Casullo y sus colaboradores (2002), los cuales entienden el bienestar desde la evaluación que el sujeto realiza a través de tres componentes: a) los estados emocionales (positivos-negativos); b) las cogniciones (procesamiento de información que las personas realizan acerca de cómo les fue o les está yendo en su vida); y c) las relaciones vinculares entre ambos componentes. En este sentido, la literatura sobre el tema permite pensar bienestar psicológico como un constructo triárquico.

Por último, es relevante destacar la propuesta de Ryff (1989a, 1989b), que busca una conceptualización integral del constructo a través de un modelo multidimensional de desarrollo psicológico que entiende el bienestar psicológico como “el esfuerzo por perfeccionarse y la realización del propio potencial”. Este modelo se compone de seis dimensiones:

- **Autoaceptación:** se refiere al deseo de sentirse bien consigo mismo, con lo que se es, se tiene y se hace, siendo conscientes de las propias limitaciones. La autoaceptación está relacionada con una visión positiva de la vida en general.
- **Relaciones positivas con otras personas:** se refiere a estar rodeado de personas de confianza y mantener contacto con otras, estrechamente. Además, la posibilidad de mantener relaciones de carácter amoroso, también desempeña un papel fundamental en la salud mental.
- **Autonomía:** se refiere a la capacidad de poder elegir por sí mismo, tomar decisiones propias, mantener independencia personal y tener convicciones. Las personas autónomas, que podrían estar mejor adaptadas a los entornos sociales, son capaces de resistir la presión social, las burlas u otras dificultades de la vida en soledad.
- **Dominio del entorno:** manipular, cambiar, adaptar las condiciones del entorno, para conseguir determinado propósito, está relacionado con una sensación de control que se asocia con el bienestar psicológico. La persona que es eficaz dominando el entorno, está más esperanzada y tiene más visión de la vida positiva que aquellas personas que fracasan constantemente.
- **Propósito en la vida:** Es la habilidad de trazarse objetivos y metas que permitan dotar la vida de sentido y propósito. Las personas que puntúan alto en esta dimensión, persiguen metas, sueños y objetivos, tienen la sensación de que su vida se dirige a alguna parte, sienten que su presente y su pasado tiene significado y mantienen creencias que dan sentido a su vida.
- **Crecimiento personal:** Se refiere al deseo de la persona por alcanzar metas siguiendo su propio sistema de valores y mejorando cada vez más como persona.

Lo planteado por estos autores puede ser comprendido en lo expuesto por García-Veniegras y González (2000), quienes explican el bienestar psicológico desde el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, determinado por su carácter vivencial y relacionado con aspectos del desempeño físico, psíquico y social. Esto implica que a pesar de las diferentes perspectivas, el rendimiento debe entenderse desde la confluencia de elementos transitorios relacionados con lo emocional y elementos estables que hacen referencia a la capacidad cognitiva; ambos relacionados entre sí, influidos por la personalidad y el contexto, y en un sistema de interacción continua.

## **5. Diseño metodológico**

### **5.1 Nivel de la investigación.**

Esta investigación es de tipo correlacional descriptiva, ya que su objetivo es ilustrar o exhibir los datos obtenidos en las variables, sin realizar juicios de valor, interpretación o explicación de las causas del fenómeno. De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), la utilidad de este tipo de estudios radica en saber cómo se puede comportar una variable al conocer el comportamiento de otras variables vinculadas y así mismo describir la manera en que se manifiesta el fenómeno.

### **5.2 Diseño de la investigación**

Teniendo en cuenta que el nivel de la investigación es correlacional descriptiva, el diseño será de tipo no experimental, puesto que, como lo expone Hernández et al. (2014), las variables no fueron manipuladas deliberadamente, lo que significa que los fenómenos se observaron tal y como sucedieron en el contexto natural, para luego proceder a su respectivo análisis.

Este diseño es el más apropiado para esta investigación, porque lo que busca es observar, describir y fundamentar el fenómeno de investigación sin indagar por una relación causa efecto entre las variables, sino por la manera como se presentan y las posibles relaciones entre las mismas.

### **5.3 Fases de la investigación**

#### **5.3.1 Análisis documental para delimitar las categorías de análisis**

Para el análisis documental se realizó una búsqueda de investigaciones, teorías e instrumentos que se encontraron en libros, revistas o artículos. Las bases de datos utilizadas fueron Ebsco, Dialnet, Wilson, Scielo, Springer Link, Scopus, Science Direct y DOAJ,

además se realizaron búsquedas en google academics y en la colección física de la Universidad de Antioquia. Las categorías se establecieron a partir de los temas generales que componían el estudio: bienestar psicológico y rendimiento académico.

### **5.3.2 Desarrollo de instrumentos y herramientas para la recolección de datos**

Para la recolección de datos se diseñó un cuestionario de google en el que se incluyó la adaptación de la prueba de bienestar psicológico de Ryff realizado por Díaz et al. (2006) y un autorreporte sobre el promedio académico. Además, para verificar la validez del instrumento se revisaron las puntuaciones de la prueba en el alfa de Crombach que fueron superiores a 0,7 para el instrumento general, que es adecuada para realización de la investigación.

### **5.3.3 Recolección y tratamiento de los datos**

Para la recolección de datos inicialmente se pidió el aval de la Vicedecanatura y de la oficina de comunicaciones de la Facultad de Ingeniería; una vez obtenido este, se procedió a enviar el formulario y el consentimiento informado a cada estudiante vía correo electrónico. Los datos obtenidos quedaron registrados en una hoja de cálculo de “google drive”, de donde se descargaron para luego ser exportados al programa SPSS versión 21.

### **5.3.4 Análisis de datos**

El análisis de datos se realizó mediante el paquete estadístico SPSS para las variables bienestar psicológico y rendimiento académico. Con esta herramienta se analizó el alfa de Crombach, con el fin de mirar la fiabilidad de los instrumentos utilizados; en segundo lugar, se hizo un análisis descriptivo del nivel de los participantes en cada una de las variables utilizadas; en tercer lugar, se calcularon las correlaciones entre las distintas variables involucradas en las hipótesis del presente estudio.

## 6. Principios éticos en la investigación

El manual deontológico y bioético del psicólogo colombiano (Congreso de la República, 2006), establece los lineamientos éticos para el ejercicio de la psicología en Colombia y a través de este se promulgan los principios éticos generales que regulan el ejercicio profesional; además considera que al realizar un estudio, el investigador tiene la responsabilidad de hacer una cuidadosa evaluación ética del mismo con el fin de contribuir al logro de una mejor calidad de vida con ayuda de los conocimientos y técnicas de la psicología científica, garantizando la confidencialidad de los documentos que contengan información de la población objeto de estudio. Para esto se tuvieron en cuenta los siguientes principios:

**Principio de no maleficencia.** La no-maleficencia se formula como la obligación moral de no lesionar la integridad de un ser humano, razón por la cual el profesional está obligado a realizar buenas prácticas no sólo para con sus clientes, sino para con la totalidad de la sociedad, evitando o disminuyendo el riesgo de daño.

**Principio de Lealtad y fidelidad.** Este principio hace referencia al respeto por el ejercicio profesional, respeto que implica no traicionar los principios éticos, morales y legales que regulan el ejercicio profesional mientras se cumple con todas las normas que garanticen la autonomía, la justicia y el bienestar de todos los implicados.

**Principio de Autonomía.** Los psicólogos mantendrán suficientemente informados a los usuarios tanto del propósito como de la naturaleza de las valoraciones, de las intervenciones educativas o de los procedimientos de entrenamiento y reconocerán la libertad de participación que tienen los usuarios, estudiantes o participantes de una investigación.

**Principio de veracidad.** Específicamente, el principio de veracidad corresponde a la obligación moral de cuidar y respetar la información transmitida al consultante

buscando siempre velar por su autonomía para que pueda tomar las decisiones correspondientes, es decir, implica el respeto a la autonomía de la persona que se traduce en el seguimiento de reglas que rigen la revelación de información para alcanzar el consentimiento del paciente.

**Principio de beneficencia.** El principio de responsabilidad se desenvuelve como beneficencia en la medida en que la conciencia de la demanda de cuidado que el otro nos exige, así como la demanda que cada cual se impone, permite el desarrollo de una disposición proactiva para con la totalidad de los hombres. De tal modo, buscar el bien y el beneficio de los demás es, a su vez, buscar el propio bien.

En esta línea el presente estudio hizo uso de un consentimiento informado que debía ser leído y aceptado previo al diligenciamiento de la encuesta; dicho consentimiento fue libre y voluntario; de igual manera se informó a los participantes que se les respetaría el anonimato, además no se solicitaron datos personales. Se aclaró a cada uno de los participantes que el manejo de la información sería con fines exclusivamente académicos y enmarcados en los principios del manual deontológico y bioético del psicólogo colombiano.

## 7. Población y muestra

### 7.1 Características de la población

La población objeto de estudio estuvo compuesta por 161 estudiantes de los distintos pregrados de la Facultad de Ingeniería de los cuales 75 fueron mujeres y 86 hombres. Los estudiantes participantes tienen edades que oscilan entre los 17 y los 50 años de edad, con promedios académicos obtenidos desde 2.0 hasta 5.0 y créditos matriculados desde 2 hasta 32.

Tabla 1.

---

*Datos demográficos de la muestra*

---

<b>Edad</b>	<b>17-21 años</b>	<b>22-26 años</b>	<b>27-35 años</b>	<b>36-50 años</b>
<b>%</b>	6,8%	70,8%	16,8%	9%

<b>Sexo</b>	<b>Hombre</b>	<b>Mujer</b>
<b>%</b>	52,8%	47,2%

---

Fuente: elaboración propia.

### 7.2 Descripción y procedimiento para obtener la muestra

Para la selección de la muestra se tuvo en cuenta toda la población de estudiantes universitarios de pregrado (7400 aprox.), de los cuales participaron 161 estudiantes quienes respondieron en forma voluntaria el cuestionario que se les envió vía correo; por este motivo la muestra es no probabilística y por conveniencia.

Para que la investigación contara con los mínimos de representatividad se obtuvo el número de personas a las que se les debía aplicar la encuesta a través de una hoja de cálculo muestral que se basó en la siguiente fórmula.

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_a^2 \times p \times q}$$

En donde, N = tamaño de la población; Z = nivel de confianza; P = probabilidad de éxito o proporción esperada; Q = probabilidad de fracaso; D = precisión (error máximo admisible en términos de proporción).

### 7.3 Instrumento y recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizó la estandarización española de la prueba de bienestar psicológico propuesta por Díaz et al. (2006). Este instrumento consta de 39 ítems y 6 dimensiones, distribuidos así:

Autoaceptación: Ítems 1, 7, 13, 19, 25 y 31. Relaciones positivas: Ítems 2, 8, 14, 20, 26 y 32. Autonomía: Ítems 3, 4, 9, 10, 15, 21, 27 y 33. Dominio del entorno: Ítems 5, 11, 16, 22, 28 y 39. Crecimiento personal: Ítems 24, 30, 34, 35, 36, 37 y 38. Propósito en la vida: Ítems 6, 12, 17, 18, 23 y 29.

Para su puntuación se utilizó una escala tipo Likert de 1 a 5, de la siguiente manera: 1 totalmente en desacuerdo; 2 en desacuerdo; 3 ni de acuerdo ni en desacuerdo; 4 de acuerdo; y 5 totalmente de acuerdo.

Y, por último, su consistencia interna se verificó a través del alfa de Crombach, donde se obtuvieron los siguientes resultados que demuestran que el instrumento es válido:

Autoaceptación - 0,83.

Relaciones positivas - 0,81.

Autonomía - 0,73.

Dominio del entorno - 0,71.

Propósito en la vida - 0,83.

Crecimiento personal -0,68.

## 8. Resultados del estudio

A continuación, se presentan los resultados obtenidos del proceso de análisis de los datos. En primer lugar, se presentan los resultados descriptivos de los diferentes aspectos en investigación; segundo, se presentan los resultados de las correlaciones hechas a la luz de las hipótesis del presente estudio; finalmente, se presenta la discusión de los resultados.

Estos resultados se han obtenido a partir del procesamiento de la información recolectada a través del instrumento que se aplicó en este estudio, lo cual permitió discriminar el nivel de bienestar en el que se encuentran los estudiantes de la Facultad de Ingeniería de acuerdo a las puntuaciones indicadas en la prueba de la siguiente manera: *Bienestar psicológico bajo* <116 puntos; *Bienestar psicológico moderado* 117-140 puntos; *Bienestar psicológico alto* 141-175 puntos; y *bienestar psicológico elevado* >176 puntos. El puntaje máximo de la prueba fue de 235 puntos.

En esta misma línea, Ryff y Keyes (1995) determinaron que, de acuerdo al nivel alcanzado, se pueden realizar las siguientes interpretaciones:

Las puntuaciones inferiores o iguales a 116 puntos, indican que en las personas hay una autopercepción baja respecto al bienestar psicológico y varias de sus áreas vitales comprometidas. Estas personas experimentan dificultades para manejar asuntos de su vida diaria, no reconocen las oportunidades, no consiguen modificar su ambiente, se sienten insatisfechos con sí mismas, experimentan frustración en los vínculos que establecen hacia los demás, son emocionalmente inestables, dependientes en la toma de decisiones, tienen pocas metas y proyectos, y sus vidas carecen de sentido y significado.

Las puntuaciones entre 117 y 140 puntos, indican que en la persona hay una autopercepción moderada en relación a su bienestar psicológico, esto quiere decir que su nivel

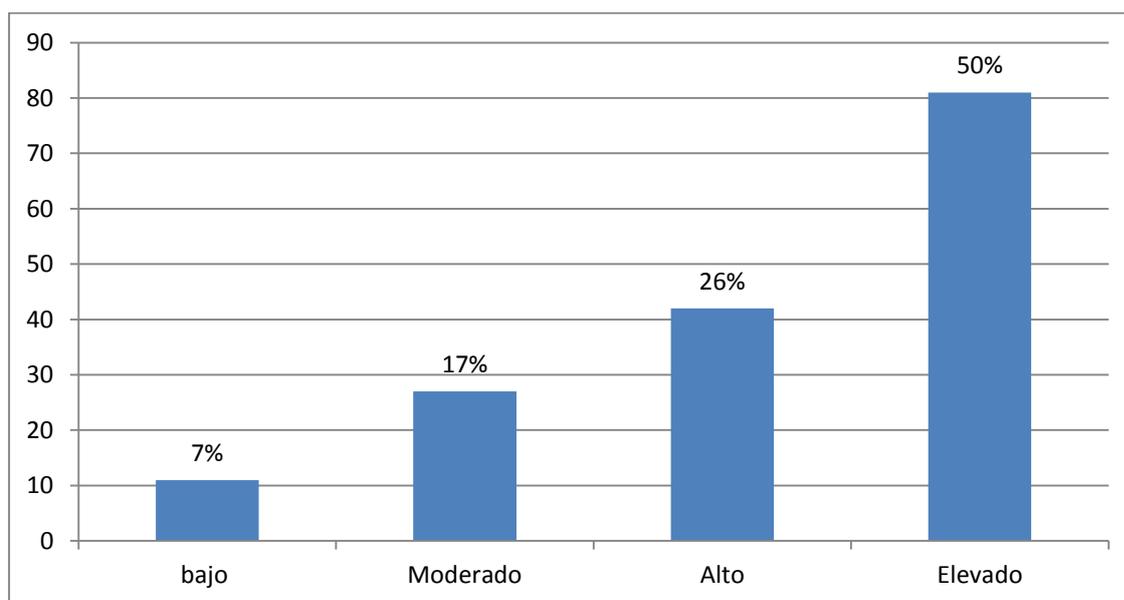
de satisfacción es medido en la mayoría de sus áreas vitales, además no son totalmente funcionales en su desempeño y experimentan dificultades en algunas áreas de su bienestar.

Las puntuaciones superiores a 141 puntos, indican un nivel de bienestar alto, señalando que la persona se siente satisfecha con su vida. Las puntuaciones superiores a 175 puntos indican un nivel de bienestar elevado, señalando que la persona se siente muy satisfecha con su vida. Las personas que se encuentran en niveles de bienestar alto y elevado se caracterizan porque experimentan sensación de control y autocompetencia sobre sus vidas, pueden crear y manipular contextos para adecuarlos a sus propias necesidades e intereses, pueden aceptar los múltiples aspectos de sí mismos, se sienten bien respecto a su pasado, son cálidas, confían en los demás, pueden establecer buenos vínculos, son empáticas y afectivas, pueden tomar decisiones de modo independiente, confían en sus propios juicios, tienen metas y proyectos, y consideran que sus vidas tienen sentido y significado.

### 8.1 Niveles de bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes

Figura 1.

*Niveles de bienestar*



Fuente: elaboración propia

Se evidencia que, en su gran mayoría, el 76% de los estudiantes de la Facultad de Ingeniería presentan niveles altos y elevados de bienestar, lo cual es un asunto relevante, pues indica que, por lo general, los estudiantes se sienten bien con sus condiciones actuales de vida y su valoración de la misma es positiva.

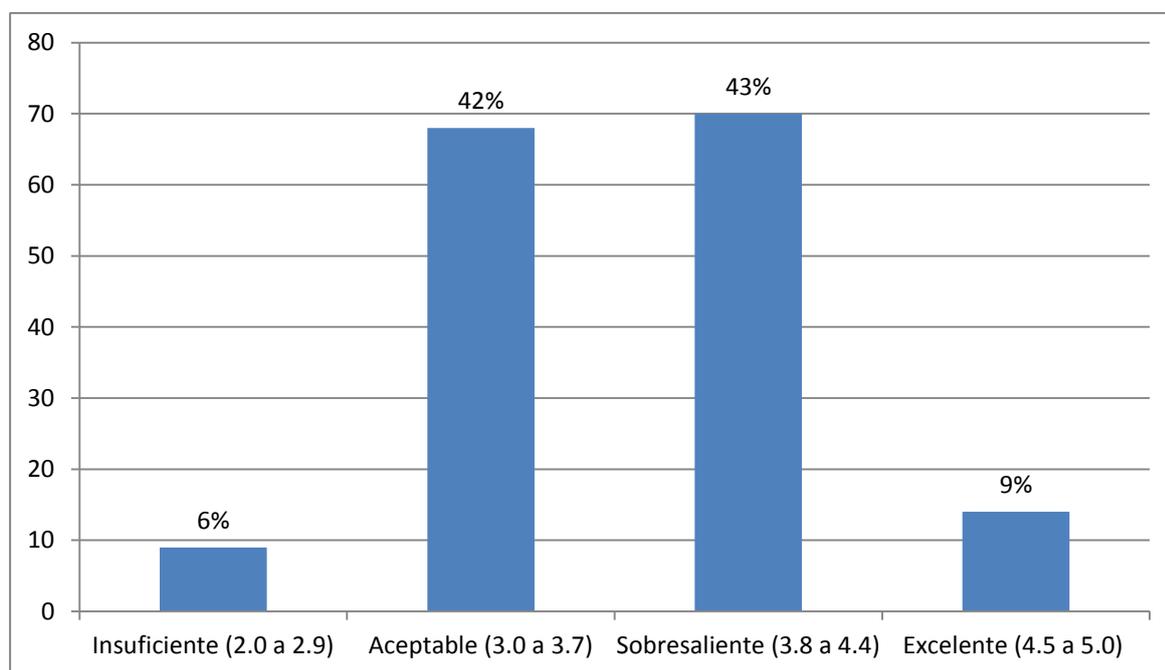
En cuanto a su rendimiento académico, se encontró que solo un 6% de la población presentó un rendimiento insuficiente y se encuentra en situación de riesgo académico, lo cual nos muestra que por lo general los estudiantes de esta facultad obtienen las calificaciones necesarias para avanzar en sus materias. Además, un porcentaje significativo de los estudiantes obtienen calificaciones sobresalientes, en un 43%, y excelentes, un 9%.

Un dato interesante se evidenció al tomar la población de estudiantes con rendimiento insuficiente (9 estudiantes); de estos estudiantes solo uno obtuvo un nivel bajo de bienestar y el resto puntuaron alto y elevado en la escala de bienestar (4 nivel alto y 4 nivel elevado). Este resultado muestra que los estudiantes de la Facultad, con peores promedios, no son los que tienen peores niveles de bienestar psicológico, algo que se esperaría; por el contrario, alcanzaron muy buenos niveles de bienestar psicológico lo cual es un asunto para tener en cuenta.

Por otra parte, entre los estudiantes con excelente rendimiento académico (14 estudiantes), no se encontró ninguno que presentará bajos niveles de bienestar y, en su mayoría, se ubicaron en niveles altos y elevados de bienestar (11 estudiantes). Lo que evidencia es que también en los estudiantes con buen rendimiento académico existen niveles muy positivos de bienestar.

Figura 2.

*Promedio académico.*



Fuente: elaboración propia.

Tabla 2.

*Tabla de contingencia entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico.*

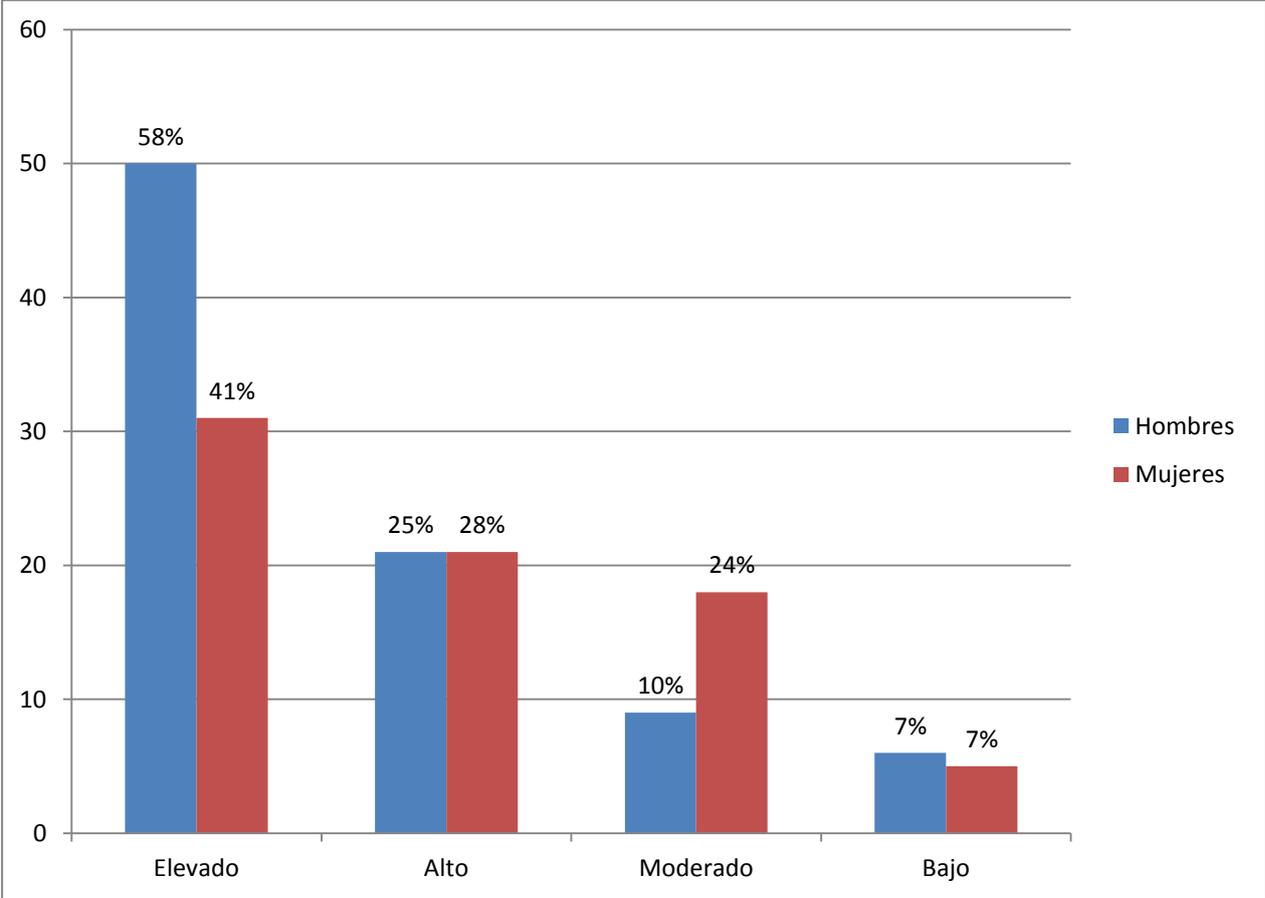
		¿En qué nivel de bienestar se encuentra?				Total
		Bajo	Moderado	Alto	Elevado	
¿Qué promedio académico obtuvo en su último semestre finalizado?	Entre 2.0 y 2.9	<u>1</u>	<u>0</u>	<u>4</u>	<u>4</u>	<u>9</u>
	Entre 3.0 y 3.7	<u>7</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>28</u>	<u>68</u>
	Entre 3.8 y 4.4	<u>3</u>	<u>8</u>	<u>18</u>	<u>41</u>	<u>70</u>
	Entre 4.5 y 5.0	<u>0</u>	<u>3</u>	<u>3</u>	<u>8</u>	<u>14</u>
	<b>Total</b>	<b><u>11</u></b>	<b><u>27</u></b>	<b><u>42</u></b>	<b><u>81</u></b>	<b><u>161</u></b>

Fuente: elaboración propia.

Respecto al *sexo de los estudiantes*, es de resaltar que hay un porcentaje mayor de hombres (58%) que se encuentran en un nivel elevado de bienestar, en comparación a las mujeres que obtuvieron en el mismo nivel de bienestar (41%). En relación al porcentaje de personas en un nivel de bienestar moderado, la cantidad de mujeres es superior respecto a la de los hombres (24% vs 10%). En los niveles de bienestar alto y bajo se presentaron resultados similares en los dos géneros. Esto evidencia que existen niveles convenientes de bienestar en la Facultad, sin embargo, fue superior el número de hombres con puntuaciones mayores.

Figura 3.

*Diferencias entre sexos con relación al bienestar*

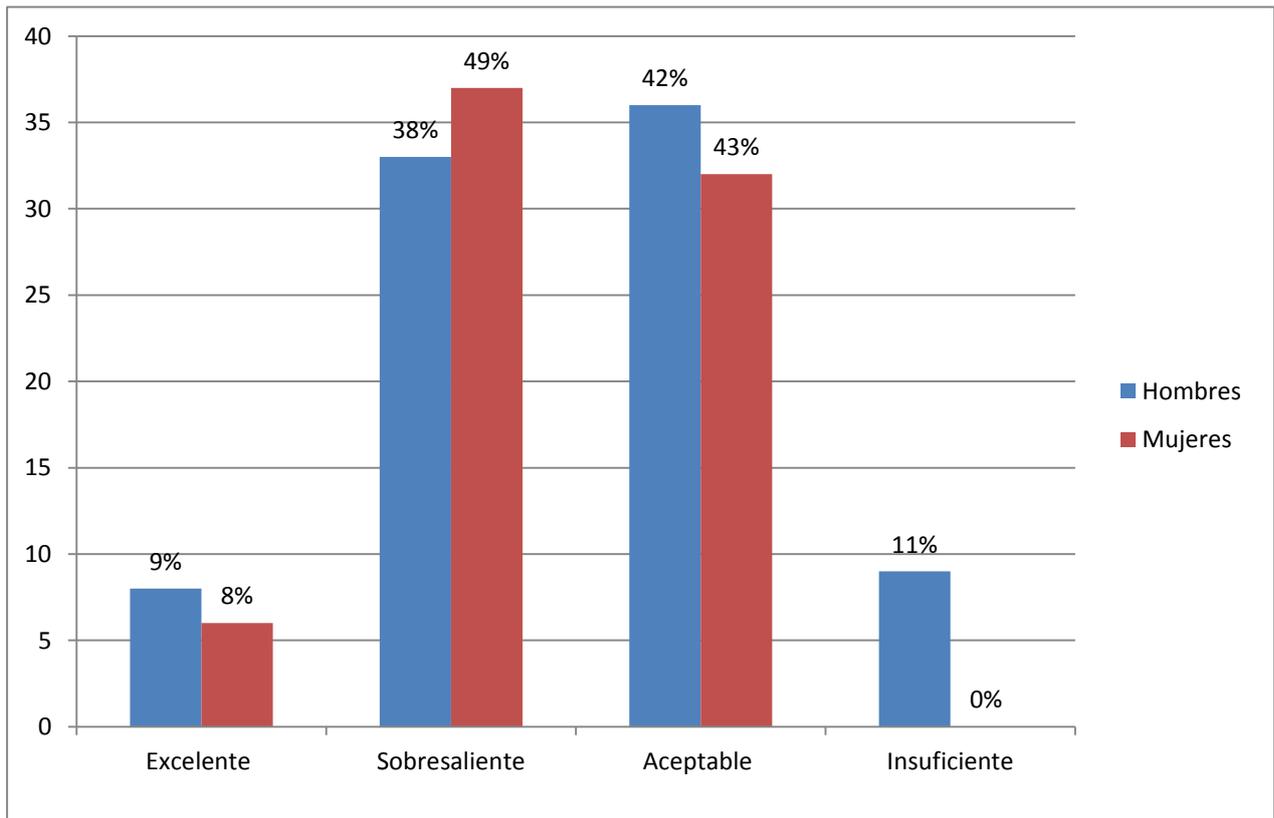


Fuente: elaboración propia.

Para el rendimiento académico, se encontraron resultados muy similares en los dos sexos, sin embargo, es de destacar que el 11% de los hombres obtuvo rendimiento académico insuficiente y ninguna mujer presentó rendimiento insuficiente.

Figura 4.

*Diferencias entre sexos con relación al rendimiento.*

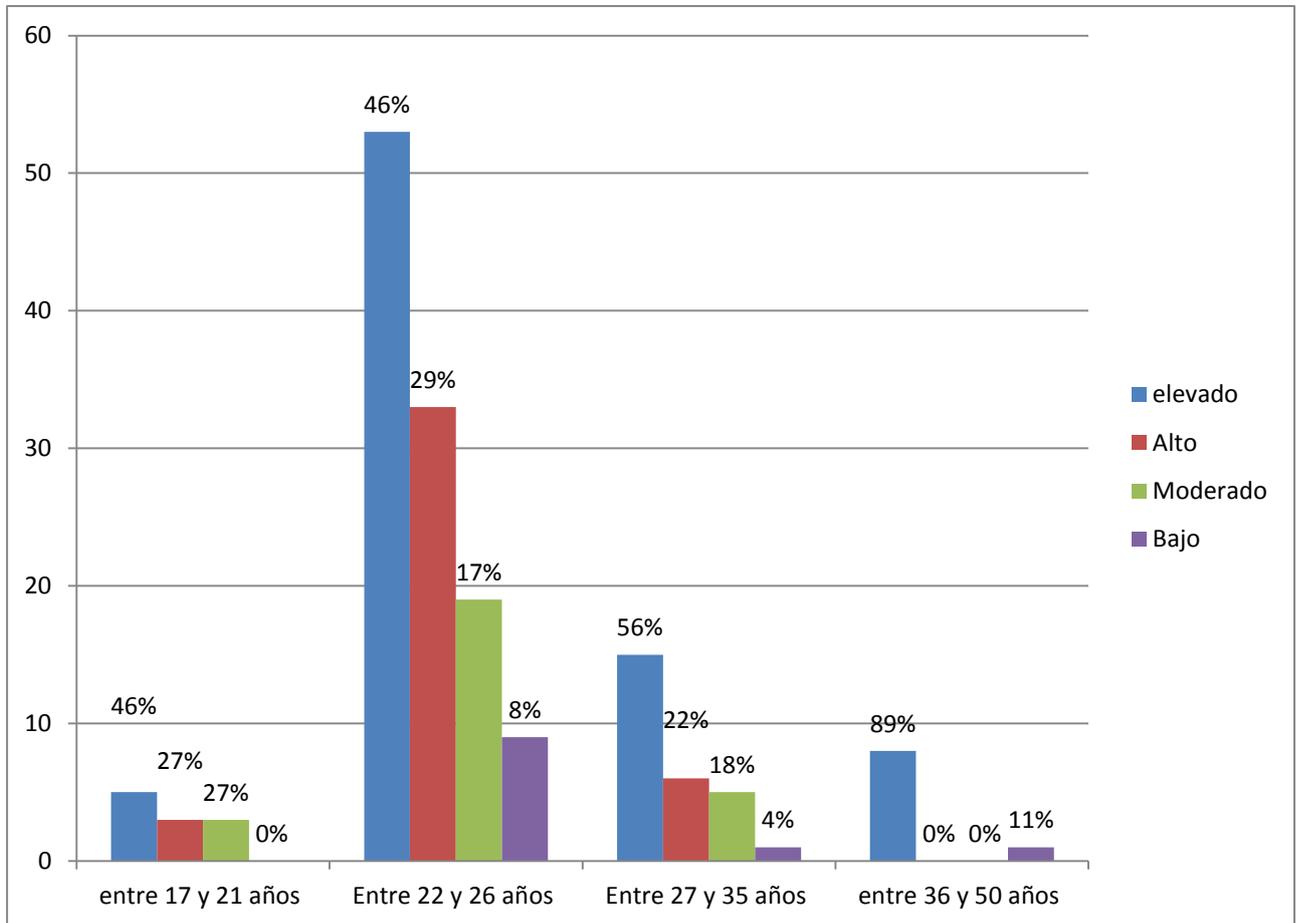


Fuente: elaboración propia.

Respecto a la relación entre la edad y el nivel de bienestar de los estudiantes, se encontró que en los grupos de edad más altas, hay mayores niveles de bienestar en comparación a los grupos de edades más bajas, observando una tendencia a evidenciar un mayor nivel de bienestar cuanto mayor es la edad de los estudiantes. Esto se reflejó al obtener los porcentajes de estudiantes con niveles altos y elevados de bienestar: 73% en el grupo de edades de 17 a 21 años, 75% en el grupo de edades de 22 a 26 años, 78% en el grupo de edades de 27 a 35 años y 89% en el grupo de edades de 36 a 50 años.

Figura 5.

*Relación entre edades y nivel de bienestar*

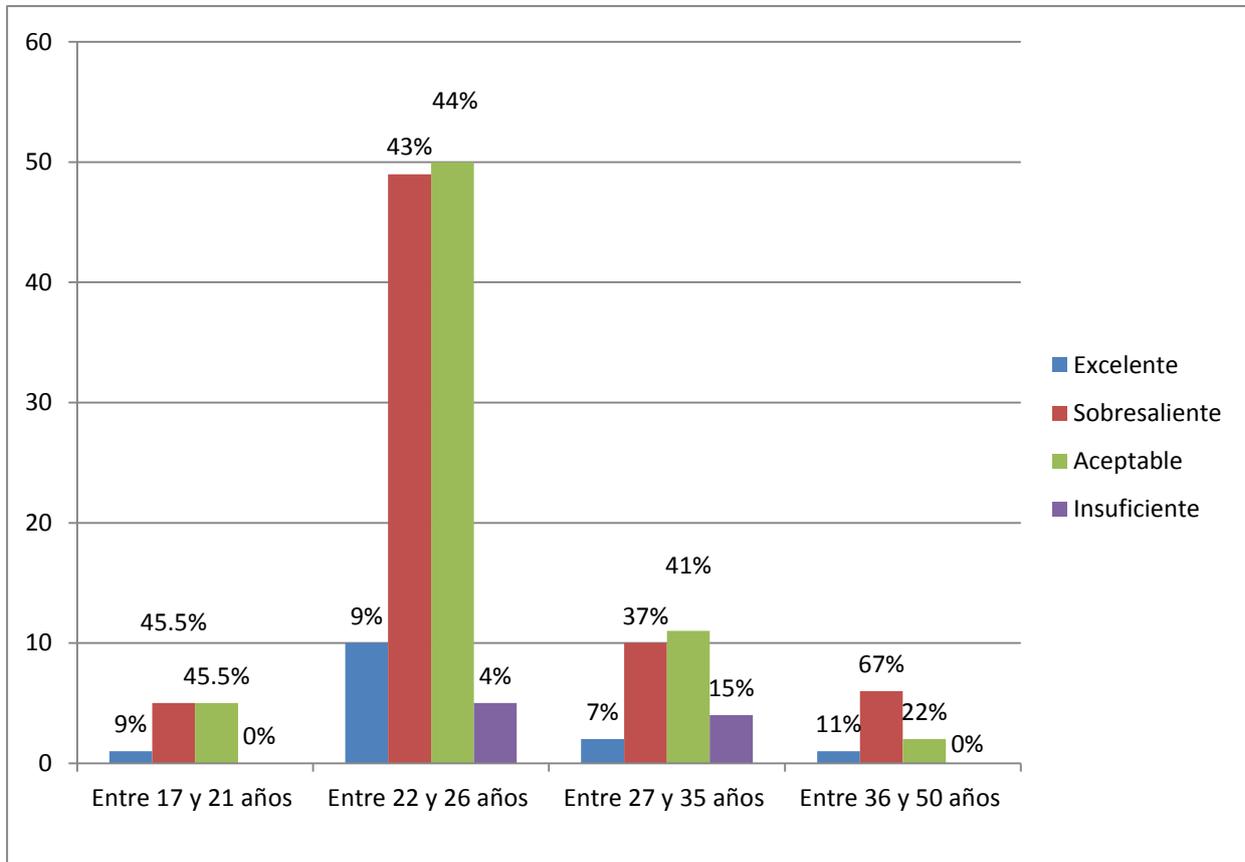


Fuente: elaboración propia.

Respecto a la relación entre la edad y el rendimiento académico, se observó que el grupo de edades más altas comprendido entre 36 y 50 años, es el que presenta el mayor porcentaje de personas con niveles sobresaliente y excelente de rendimiento académico con un 78%, seguido del grupo de edades de 17 a 21 años con un 54.5 %. También se encontró que el grupo de edades, comprendido entre los 27 a 35 años, es el que presenta el mayor nivel de estudiantes con rendimiento insuficiente, 15%, seguido del grupo de estudiantes de entre 22 a 26 años, con 4%; en los grupos de edades de 17 a 21 años y de 36 a 50 años no se presentaron estudiantes con rendimiento académico insuficiente.

Figura 6

*Relación entre edades y nivel de rendimiento académico.*



Fuente: elaboración propia.

## 8.2 Dimensiones del bienestar psicológico.

En las diferentes dimensiones del bienestar psicológico se evidenciaron resultados muy positivos, esto demuestra que en su gran mayoría los estudiantes de la Facultad de Ingeniería presentan una autopercepción positiva en relación a sus distintas áreas.

La dimensión que alcanzó mejores resultados fue la de *crecimiento persona*; el 70% de los estudiantes obtuvo un nivel alto y sólo el 2% se ubicó en nivel bajo. Esto indica que los estudiantes se encuentran más satisfechos respecto a sus logros alcanzados y proyectos a futuro en comparación a otras dimensiones.

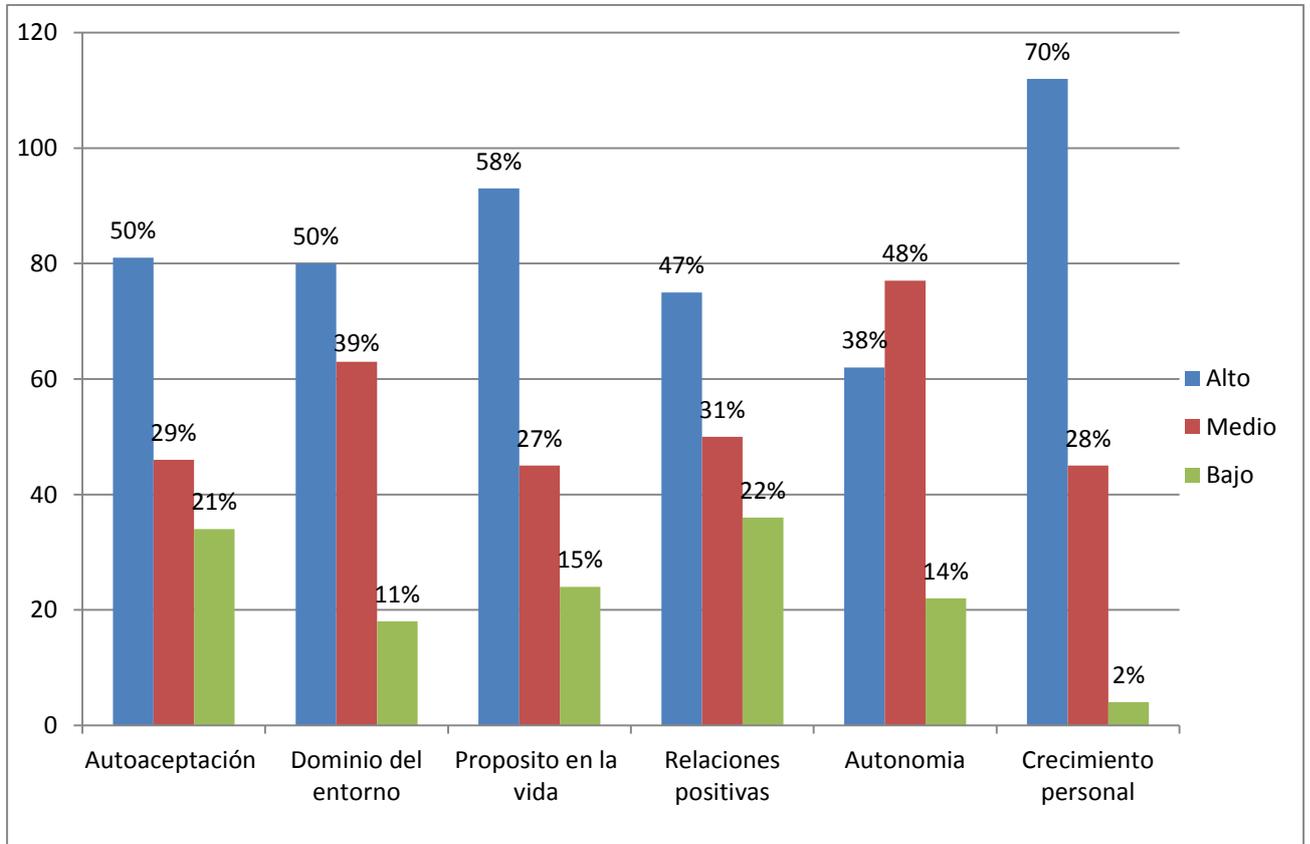
Otra dimensión, en la que un número considerable de estudiantes alcanzó altas puntuaciones, fue la de *propósito en la vida*, con 58%; además, en esta dimensión, el 27% de estudiantes se ubicó en el nivel medio y el 15% en el nivel bajo. Esto indica que por lo general los estudiantes se sienten satisfechos en cuanto sus proyectos actuales de vida.

En las dimensiones de *autonomía* y *dominio del entorno*, la mayoría de los estudiantes se ubicó en los niveles medio y alto, lo que indica que, por lo general, los estudiantes de la Facultad son independientes, tienen autoderminación y toman sus propias decisiones. Además, hacen uso de sus propios talentos e intereses y de las opciones que se les van presentando.

Las dimensiones, con el mayor número de estudiantes en niveles bajos, fueron las de *autoaceptación*, 22%, y *relaciones positivas*, con un 21%. De acuerdo a los resultados, podríamos decir que, aproximadamente, uno de cada cinco estudiantes de esta facultad experimenta dificultades en cuanto al grado en que se siente satisfecho con sus características personales y en cuanto al establecimiento de relaciones de confianza hacia otros.

Figura 7

*Dimensiones del bienestar psicológico.*



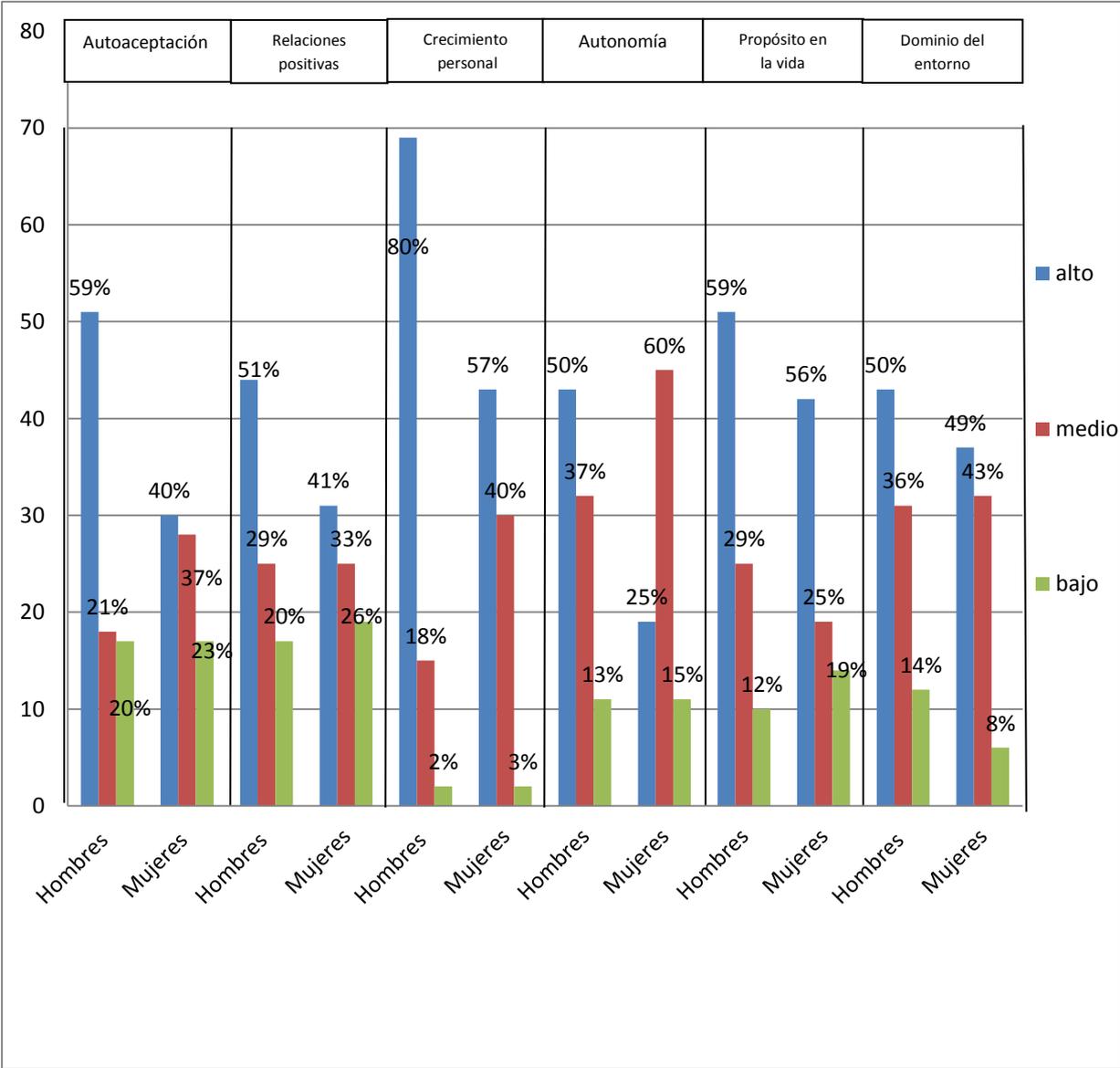
Fuente: elaboración propia.

Respecto a las diferencias en las dimensiones del bienestar, según el sexo de los estudiantes, se encontró que el porcentaje de hombres que alcanzó puntuaciones altas en las seis dimensiones fue mayor en comparación al porcentaje de mujeres, sin embargo, los resultados encontrados fueron buenos para ambos sexos. Las diferencias más significativas en los niveles altos se observaron en las variables de crecimiento personal (hombres 80%, mujeres 57%) y autonomía (hombres 50% y mujeres 25%); esto quiere decir que los hombres de la Facultad presentan mayor aceptación respecto a sí mismos, a lo que tienen y a lo que hacen, además están más satisfechos con las metas alcanzadas y el desarrollo de sus potencialidades.

Del mismo modo, se encontró un mayor porcentaje de mujeres con puntuaciones medias en todas las variables a excepción de la variable propósito en la vida, con lo cual se evidencia que la percepción de las mujeres respecto a su bienestar es más moderada en comparación a los hombres. En cuanto a los niveles bajos, no se evidenciaron diferencias significativas para las dimensiones del bienestar en ambos sexos.

Figura 8.

*Diferencias entre sexos en las dimensiones del bienestar psicológico.*



Fuente: elaboración propia.

### **8.3 Resultados de las correlaciones**

El coeficiente de correlación que se usó para las variables fue tau-b de Kendall. La elección del coeficiente se dio tras realizar la prueba de Kolmogorov-Smirnov, utilizada para analizar la distribución de los datos, cuyo resultado mostró que para el caso del presente estudio esta era la prueba más adecuada, pues los datos obtenidos no poseen una distribución normal y dichas variables son de tipo ordinal.

Los resultados muestran que no existe una correlación fuerte entre el rendimiento académico y el bienestar psicológico en los estudiantes de la Facultad de Ingeniería, por lo cual el rendimiento académico no se ve afectado de forma significativa por el bienestar psicológico que experimentan los estudiantes y viceversa. Esto no quiere decir que las variables no se influyan sino que lo hacen a un nivel bajo.

Lo anterior se ve reflejado en los resultados de algunos estudiantes; los que alcanzaron excelente rendimiento académico presentaron autopercepciones altas y elevadas de su bienestar psicológico, así mismo los que alcanzaron promedios insuficientes presentaron autopercepciones altas y elevadas respecto a su bienestar psicológico, evidenciando en esta población que el incremento en una de las variables no siempre está acompañado por el incremento en la otra variable.

Tabla 3.

*Coefficiente de correlación entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico.*

			Bienestar resultados	¿Qué promedio académico obtuvo en su último semestre finalizado?
Tau_b de Kendall	Bienestar resultados	Coeficiente de correlación	1,000	,153*
		Sig. (bilateral)	.	,013
		N	161	161
	¿Qué promedio académico obtuvo en su último semestre finalizado?	Coeficiente de correlación	,153*	1,000
		Sig. (bilateral)	,013	.
		N	161	161

\* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: elaboración propia.

## 9. Discusión

El análisis de los datos indica que los estudiantes de la Facultad de Ingeniería presentan altos niveles de bienestar psicológico, por tanto, tienden a realizar valoraciones positivas en sus áreas vitales, están conformes con las metas alcanzadas y con el sentido del que han dotado sus vidas, lo que incrementa el grado de satisfacción y brinda seguridad para el logro de objetivos (Casullo y Brenlla 2002).

En esta misma línea, se observó que conforme aumentaba la edad se encontraban puntuaciones más altas en la escala de bienestar de los estudiantes. Estos resultados concuerdan con lo encontrado por García (2013), en un estudio llevado a cabo con universitarios españoles, allí evidenció que en el cambio de la adolescencia a la adultez se produce un crecimiento en las dimensiones de auto aceptación, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Así mismo Triadó, Villar, Osuna y Solé (2005) establecieron que los cambios evolutivos en la adultez producen un cambio en la noción de bienestar psicológico de la persona, viéndose favorecidos por el proceso de adaptación y mejora de la eficacia para modificar su funcionamiento. Finalmente, Ryff (1989a) Indica que a medida que los individuos van alcanzando la edad adulta, sus sentimientos de autonomía, dominio del entorno y sentimientos positivos de crecimiento personal, comienzan a aumentar.

En relación al género los resultados mostraron puntuaciones más altas en los hombres en todas las dimensiones del bienestar psicológico. Estos resultados son similares a los obtenidos en estudios realizados en población italiana (Steca, Ryff, D'alesandro y Delle 2002) en los que las mujeres mostraron niveles más bajos en todas las escalas de bienestar a excepción de la dimensión relaciones positivas. Así mismo en el estudio de Goldbeck, Schmitz, Besier, Herschbanch y Henrich (2007), con población adolescente, las mujeres informaban de un sentido general más bajo de bienestar y satisfacción con la vida. Estas diferencias pueden ser explicadas por el hecho de que las mujeres tienden a tener estilos

cognitivos más negativos (Hamkin y Abranson, 2001) y por el uso de estilos de afrontamiento emocionales que se caracterizan por un carácter desadaptativo (Meléndez, Mayordomo, Tomas y Sancho, 2012). En lo que concierne a la capacidad de tomar decisiones de modo independiente y confiar en su propio juicio, se plantea que conforme aumenta la edad, las mujeres están más influidas por los estereotipos, un menor nivel de autoconcepto y una mayor probabilidad de desarrollar sentimientos negativos, Por lo que puede existir una menor capacidad para establecer control sobre el contexto del desarrollo personal (Pinquart y Sörensen, 2001). Aunque estas investigaciones podrían explicar en parte las diferencias encontradas respecto al género, es necesario aclarar que si bien los puntajes alcanzados por las mujeres de la Facultad de Ingeniería no mostraron resultados igual de altos a los alcanzados por los hombres, estos evidenciaron buenos niveles.

La dimensión con una diferencia más significativa entre ambos sexos fue la de crecimiento personal en la que los hombres puntuaron mucho más alto. En un estudio realizado por Mayordomo, Sales, Satorres y Meléndez (2016), se encontraron resultados similares; allí se evidenció que las diferencias observadas entre hombres y mujeres se dieron en función del grupo de edad al que pertenecen, siendo los hombres quienes muestran mayor dedicación a la realización del potencial personal en las diferentes etapas. El autor plantea que este hecho se puede dar como resultado de la influencia contextual en el desarrollo, donde se espera que las mujeres se centren en aspectos relacionados con la familia, la crianza de los hijos, el desarrollo de un adecuado clima familiar, el cuidado de los mayores y de la familia, etc.

En cuanto al rendimiento, se observó que los estudiantes alcanzan las notas adecuadas para avanzar en su carrera universitaria, sin embargo, los resultados no son totalmente convenientes, pues existe un número considerable de estudiantes en un nivel apenas aceptable de rendimiento académico 42%. Con lo cual se observan que aunque los

estudiantes cumplen con los requisitos, algunos de ellos podrían experimentar dificultades en su vida académica dado que las exigencias tienden a ser mayores a medida que se avanza en la formación.

Respecto a las diferencias en el rendimiento, según el género, se encontró que a pesar de obtener resultados similares para los dos géneros ninguna mujer obtuvo rendimiento insuficiente y por lo tanto ninguna de ellas se encuentra en situación de riesgo académico. En este sentido Avendaño, Gutiérrez, Salgado y Dos-santos (2016) encontraron que las mujeres obtienen mejores resultados académicos que los hombres. Igualmente, Soria y Zuñiga (2014) evidenciaron una relación directa entre el género y el rendimiento en alumnos universitarios, siendo las mujeres quienes obtenían un mayor promedio. Por el contrario, Pérez, Ortiz y Parra (2011) no encontraron diferencias estadísticamente significativas en una muestra de estudiantes de medicina. En nuestra investigación el género no parece ser una variable lo suficientemente significativa para ser considerada predictiva del logro.

En relación a la edad, este estudio mostro un mejor rendimiento por parte del grupo de estudiantes de mayor edad en comparación con los otros grupos. Estas diferencias también se encontraron en otros estudios como el de Veliz y Apocada (2012), donde se encontró que en la medida en que se tiene mayor edad en la vida universitaria se tiene a mostrar mayor percepción positiva de nuestras capacidades individuales y estas son capaces de influir en el éxito académico. Por su parte Avendaño et al. (2016) encontraron una correlación positiva entre la edad del estudiante al ingresar a la universidad y su rendimiento académico, así la probabilidad de obtener un mejor rendimiento académico aumenta al incrementarse la edad de ingreso del estudiante.

En cuanto a la relación entre promedio académico y bienestar psicológico, los resultados indican que existe una correlación positiva pero débil entre el bienestar psicológico

y el rendimiento académico, por lo que no se puede establecer que el cambio en una variable influya significativamente sobre la otra, pero tampoco se puede desconocer cierta influencia entre las mismas. Con lo cual es necesario tener en cuenta la valoración que realiza el estudiante sobre su vida, pues podría facilitar elementos que permitan mejorar su desempeño en sus tareas académicas reflejándose en sus calificaciones. En este sentido se encontró que las personas con valoraciones más positivas son por lo general más efectivos socialmente, más persistentes y constantes en el logro de sus objetivos, están más motivados para el rendimiento, son más competitivos, expresan menos ansiedad ante situaciones complicadas o difíciles y controlan con mayor eficacia las situaciones (Saura, 1995).

Carranza et al. (2017) hallaron resultados similares a los obtenidos en esta investigación; su trabajo se orientó a una muestra de universitarios peruanos, allí obtuvieron una correlación positiva pero débil entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico, así mismo coincidieron en la necesidad de trabajar en el mejoramiento de las diversas dimensiones del bienestar, pues a medida que una persona se desarrolla logra integrar sus capacidades hacia una meta final (Perinat, 2003), lo que podría implicar mejores resultados en sus áreas vitales.

Otros estudios han encontrado correlaciones positivas y muy significativas entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico como es el caso del realizado por Chávez (2006), en estudiantes de educación media superior en Colima, México; allí se determinó que en la medida que aumenta una variable también aumenta la otra, así los niveles altos en el bienestar psicológico son mejores predictores de rendimiento académico y viceversa para las personas de esta población.

Velásquez et al. (2008) también obtuvieron una correlación significativa y fuerte entre ambas variables, en un estudio realizado en estudiantes universitarios en Perú, concluyendo

que las condiciones que producen el bienestar psicológico proveen un contexto favorable para llevar a cabo las tareas lectivas.

Finalmente, vale mencionar que, aunque las variables estudiadas fueron las mismas en los diferentes estudios, se observaron resultados distintos para las mismas las poblaciones, por lo que es importante considerar las particularidades de cada uno de ellos para guiar de forma adecuada las intervenciones y reflexiones que surgen de los mismos.

## 10. Conclusiones

Tanto el conocimiento de las dimensiones del bienestar psicológico como de las características del rendimiento académico en esta población posibilitan el diseño de intervenciones más ajustadas a los diversos grupos poblacionales que hacen parte de la Facultad de Ingeniería, con miras a generar mejor adaptación de los estudiantes. En este sentido este estudio puede servir como base para determinar el comportamiento de ambas variables en la población.

Así mismo, tomando en cuenta los resultados, es válido plantearse programas de promoción y prevención enfocadas en trabajar en la población con niveles bajos y medios de bienestar para potenciar sus recursos y de este modo lograr una mejor adaptación a los cambios que se producen en el ciclo vital, lo cual implica fomentar recursos considerando las características de la población.

Además es necesario que se presente especial atención a la población más adulta, pues allí se evidenciaron los niveles más altos de bienestar y rendimiento académico. Investigaciones orientadas hacia esta población específica podrían arrojar valiosa información para el trabajo hacia los otros grupos poblacionales.

Finalmente, valdría la pena extender la perspectiva hacia nuevas investigaciones que puedan ampliar la mirada en la Facultad e incluir otros elementos complementen lo trabajado desde la relación entre bienestar y rendimiento, en este último valdría la pena conocer sus diferentes connotaciones ( no solo el promedio alcanzado) pues en la medida en que se genere una comprensión más amplia de este constructo se contara con más elementos para encaminar intervenciones que puedan impactar sobre la calidad académica de los estudiantes y contribuir a reducir la deserción.

## Referencias

- Alducín, J. y Vasquez, A. (2017). Estilos de aprendizaje, variables sociodemográficas y rendimiento académico en estudiantes de Ingeniería de Edificación. *Revista electrónica educare*, 21 (1) 1-31. doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.18>
- Avendaño, A., Gutiérrez, A., Salgado, F. y Dos-Santos, M. (2016). Rendimiento Académico en Estudiantes de Ingeniería Comercial: Modelo por Competencias y Factores de Influencia. *Formación Universitaria*, 9(3) 3-10.
- Barrantes, K. y Bonilla, P. (2015). Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17(1), 101-123.
- Berrio, N., y Mazo, R. (2011). Estrés académico. *Revista de Psicología de la Universidad de Antioquia*, 3 (2), 65-82.
- Carranza, R., Hernández, R. y Alhuay-Quispe. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. *Revista internacional de investigación en ciencias sociales*. 13(2), 133-146.
- Carrasco, 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.
- Castejón, J. y Navas, L. (1992). Determinantes del rendimiento académico en la Enseñanza Secundaria. Un modelo causal. *Análisis y Modificación de Conducta*, 61, 698-729.
- Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66(23,3) 43-72.
- Casullo, M. y Brenlla, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.

- Congreso de la Republica. (2006). *Ley 1090 de 2006*. Diario Oficial No. 46.383 de 6 de septiembre de 2006.
- Cuadra, H. y Florenzano, U. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83-96.
- Chadwick, C. (1979). *Teorías del aprendizaje*. Santiago, Chile: Ed. Tecla.
- Chávez, A. (2006). *Bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de nivel medio superior* (Tesis de maestría). Universidad de Colima, Colima, México.
- Chow, H. (2010). Predicción de éxito académico y bienestar psicológico en una muestra de estudiantes universitarios canadienses. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 8(2), 473-496.
- Csikszentmihalyi, M. (1998). *Fluir. Una psicología de la felicidad*. Barcelona: kairós.
- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C. y Dierendock, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psichotema*, 18(3), 572-577.
- Díaz, M., Peío, A., Arias, J., Escudero, T., Rodríguez, S. y Vidal, G. (2002). Evaluación del rendimiento en la enseñanza superior, comparación de Resultados entre alumnos procedentes de la LOGSE y del COU. *Revista de Investigación Educativa*, 20(2), 357-383.
- Edel, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2), 1-16.
- Escudero, T. (1999). *Indicadores en la universidad: información y decisiones*. Plan Nacional de Evaluación de la Calidad de las Universidades, Madrid: Centro de Publicaciones del MEC.

- Freire, C. (2014). *El bienestar psicológico en los estudiantes universitarios: operativización del constructo y análisis de su relación con las estrategias de afrontamiento*. (Tesis de doctorado). Universidad de la Coruña, Coruña, España.
- Garbanzo, G. (2007). Factores asociados el rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Educación*, 31(1), 43-63.
- García, J. (2013). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *Salud & Sociedad*, 4(1), 48-58.
- García-Viniegras, V. y González, I. (2000). La categoría de bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592.
- Gargallo, B., Garfella, P., Sánchez, F., Ross, C. y Serra, B. (2008). La influencia del autoconcepto en el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 20(1), 16-28.
- Garzón, A. y Gil, J. (2017). Gestión del tiempo en alumnado universitario con diferentes niveles de rendimiento académico. *Educación e investigación*, 44, 1-16.  
<http://dx.doi.org/10.1590/s1678-4634201708157900>.
- Goldbeck, L., Schmitz, T., Besier, T., Herschbach, P. y Henrich, G. (2007). Life Satisfaction Decreases During Adolescence. *Quality of Life Research*, 16(6), 969-979.
- Hankin, B. y Abramson, L. (2001). Development of Gender Differences in Depression: An Elaborated Cognitive Vulnerability-Transactional Stress Theory. *Psychological Bulletin*, 127(6), 773-796.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Herrera, M., Nieto, S., Rodríguez, M. y Cruz, M. (1999). Factores implicados en el rendimiento académico de los alumnos de la universidad de salamanca. *Revista de investigación educativa*, 17(2), 413-421.

- Huppert, F. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-being*, 1 (2), 137-164.  
<http://doi:10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Jiménez, M. (2000). Competencia social: intervención preventiva en la escuela. *Infancia y Sociedad*, 24, 21-48.
- Lamas, H. (2015). Sobre el rendimiento escolar. *Propósitos y Representaciones*, 3(1), 313-386. doi: [http:// dx.doi.org/10.20511/pyr2015.v3n1.74](http://dx.doi.org/10.20511/pyr2015.v3n1.74)
- Londoño, C. (2009). Optimismo y salud positiva como predictores de la adaptación a la vida universitaria. *Acta colombiana de psicología*, 12 (1), 95-107.
- López, G., Madera, O. y Ramírez, O. (2012). *Implementación de un programa de bienestar psicológico y su relación con el rendimiento académico de estudiantes de séptimo grado de básica secundaria* (tesis de maestría). Universidad Autónoma del Caribe, Barranquilla, Colombia.
- Martínez-Otero, V. (2002). Claves del rendimiento escolar. *Comunidad Escolar*. Recuperado de <http://comunidad-escolar.pntic.mec.es/700/tribuna.html>
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E. y Meléndez, J. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento psicológico*, 14(2), 101-112.
- Mejía, L., Valencia, A., Parra, C., Restrepo G., Castañeda, E., Cardona, A. (2011). Observatorio sobre la vida académica de la facultad de ingeniería: conclusiones generales al observar una cohorte. *Ingeniería y sociedad*, 3, 2-6.
- Meléndez, J., Mayordomo, T., Tomás, J. y Sancho, P. (2012). Coping Strategies: gender differences and development throughout life span. *Spanish Journal of Psychology*, 15(3), 1089-1098.
- Mergen, D., Grant, D., y Widrick S. (2000). Quality management applied to higher education. *Total Quality Management*, 11, 345-353.

- Michalos, A. (1986). Una aplicación de la teoría de las discrepancias múltiples (MDT) para la tercera edad. *Social Indicators Research*, 18, 349-373.
- Montes, I. y Lerner, J. (2012). Rendimiento académico de los estudiantes de pregrado de la Universidad EAFIT. Universidad EAFTI. Medellín, Colombia.
- Páez, A. (1987). *Rendimiento estudiantil en química en el primer año de ciencias del nivel de educación media diversificada y profesional: distrito Maracaibo*. Universidad de Zulia. Maracaibo.
- Pérez, C., Ortiz, L y Parra, P. (2011). Prueba De Selección Universitaria, Rendimiento en Enseñanza Media y Variables Cognitivo-Actitudinales de Alumnos De Medicina. *Revista Educación en Ciencias de la Salud*, 8(2), 120-127.
- Perinat, A. (2003). *Psicología del desarrollo*. Barcelona, España: Ed. UOC.
- Pinquart, M. y Sörensen, S. (2001). Gender differences in self-concept and psychological well-being in old age: A meta-analysis. *Journal of Gerontology Series B: Psychological Science y Social Science*, 56(4), 195-213.
- Pizarro, R. (1985). *Rasgos y actitudes del profesor efectivo* (Tesis de maestría). Pontificia Universidad Católica de Chile, Chile.
- Raleig, M, Beramendi, M. y Delfino, G. (2011). Bienestar psicológico y social en jóvenes universitarias argentinos, *Revista de psicología de la Universidad Católica Argentina*, 7, 7-26.
- Renault, G., Cortada, N. y Castro A. (2008). Factores que intervienen en el rendimiento académico de los estudiantes de psicología y psicopedagogía. *Signos universitarios*, 27(43), 27- 34.
- Rodríguez, S. (1985). Modelos de investigación sobre el rendimiento académico. Problemática y tendencias, *Revista de Investigación Educativa*, 6, 284-303.

- Rodríguez, S., Fita, E., y Torrado, M. (2004). El rendimiento académico en la transición secundaria – universidad. *Revista de Educación*, 334, 391-414.
- Rosa-Rodríguez, Y.; Negrón, N.; Maldonado, Y.; Quiñones A.; y Toledo, M. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y el nivel de estudio en universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(1), 31-43.
- Ryan, R. y Deci, E. (2000). Selfdetermination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Ryan, R. y Deci, E. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.141.
- Ryff, C., y Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Ryff, C. y Singer B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1-28. doi:10.1207/s15327965pli0901\_1.
- Ryff, C. (1989a). Happiness is Everything, or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C. (1989b). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-55.
- Salanova, M., Martínez, I., Bresó, E., Llorents, S. y Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales de Psicología*, 21(1) 170-180.

- Sanhgani, J., Upadhyay, U., y Sharma, S (2013). Positive psychology intervention in education well-being and achievement. *Indian Journal of Positive Psychology*, 4(2), 251-257
- Saura, P. (1995). *La Educación del autoconcepto*. Universidad de Murcia: Servicio de Publicaciones.
- Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologists*, 55, 5-14.
- Soria, K. y Zúñiga, S. (2014). Aspectos Determinantes del Éxito Académico de Estudiantes Universitarios. *Formación Universitaria* 7(5), 41-50.
- Steca, P., Ryff, C., D'Alessandro, S. y Delle, A. (2002). Il benessere psicologico: differenze di genere e di età nel contesto. *Psicologia della Salute*, 2(1), 121-138.
- Tejedor, F. (1998). *Los alumnos de la Universidad de Salamanca. Características y rendimiento académico*. España: Ediciones Universidad de Salamanca.
- Triadó, C., Villar, F., Osuna, M. y Solé, C. (2005). La medida del bienestar en personas mayores: adaptación de la escala Ryff. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 58, 347-363.
- Vásquez, C., Hervás, G., Rahona, J. y Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: aportaciones desde la psicología positiva. *Anuario de psicología clínica y de la salud*, 5, 15-28.
- Velásquez, C., Montgomery W., Montero V., Pomalaya R., Dioses A., Velásquez N., Araki, R., Reynoso D. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos. *Revista IIPSI*, 11(2), 139-152.
- Veliz, A. y Apodaca, P. (2012). Niveles de autoconcepto, autoeficacia académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la ciudad de Temuco. *Salud y sociedad*, 3 (2), 131-150.

## **Anexos**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

#### **Título de la investigación**

Relación entre los niveles de bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de la facultad de ingeniería de la universidad de Antioquia

#### **Introducción**

En condición de estudiante universitario, mayor de edad, se le invita a participar en una investigación sobre niveles de bienestar psicológico y rendimiento académico

Queremos que usted conozca que:

- La participación en este estudio es absolutamente voluntaria, esto quiere decir que si usted lo desea puede negarse a participar o retirarse del estudio en cualquier momento sin tener que dar explicaciones.
- Dicha participación no implica ningún tipo de costo económico para el participante ni tampoco ningún tipo de retribución o incentivo económico de los investigadores para los participantes.
- Esta investigación tiene un propósito académico, se realiza con fines de producción de conocimiento.
- Los datos que suministre serán mantenidos en total anonimato, confidencialidad y en custodia por parte de los investigadores, que a su vez garantizarán que ninguna otra persona o institución pueda acceder a su contenido específico.

## **Información sobre el estudio de investigación**

Antes de cualquier decisión de participación, por favor tómese el tiempo para leer este documento y de ser necesario para preguntar, averiguar y discutir todos los aspectos relacionados de este estudio, con el investigador o con cualquier persona que usted considere necesaria.

## **Propósito**

Esta investigación que tiene como objetivo analizar la relación que se puede dar entre los diferentes niveles de bienestar psicológico en estudiantes de ingeniería en la Universidad de Antioquia y su rendimiento académico y de esta forma observar cuales son las condiciones que pueden estar asociadas a los diferentes resultados académicos en los estudiantes.

## **Procedimiento**

Si accede a participar en esta investigación será invitado al diligenciamiento de un cuestionario donde se evaluarán los diferentes niveles de bienestar psicológico, debe responder con total libertad y hasta donde desee hacerlo las preguntas que contempla este cuestionario.

En caso que usted lo desee, al finalizar la investigación podrá obtener retroalimentación a partir de los resultados

## **Inconvenientes y riesgos**

Esta investigación no involucra ningún tipo de riesgo físico, psicológico ni moral. Si usted considera que se pone en riesgo su integridad, podrá expresarlo a los investigadores o quien crea necesario.

Soy consciente que la decisión de participar en esta investigación es totalmente libre y que puedo retirarme de la misma cuando lo desee y considere conveniente, incluso después de haber firmado este consentimiento.

### **Reserva de la información y secreto**

La información obtenida mediante los cuestionarios será analizada con fines exclusivamente académicos e investigativos. Así mismo los resultados finales de la investigación obtenidos después del análisis de este material podrán ser presentados en actividades de tipo académico y científico, tales como seminarios, publicaciones, conferencias, etc., pero conservando y respetando siempre la confidencialidad y el anonimato de los participantes. Si lo estimo conveniente puedo conocer estos resultados, notificando previamente a los responsables de la investigación.

### **Cuestionario**

En el siguiente cuestionario encontrará una serie de situaciones relacionadas con acontecimientos que pueden presentarse en su cotidianidad y con los cuales se puede identificar o no según la situación descrita. Marque su respuesta de acuerdo al grado de identificación con la pregunta entre las siguientes opciones de respuestas: Totalmente en desacuerdo, en desacuerdo, neutral, de acuerdo y totalmente de acuerdo. Según se relacionen sus comportamientos habituales con las situaciones descritas.

1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas

2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones

3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente
4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga
6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad
7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí
10. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes
11. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo
13. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría
14. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas
15. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones
16. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo
17. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro
18. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí

19. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad
20. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo
21. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general
22. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen
23. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida
24. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo
25. En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida
26. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza
27. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos
28. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria
29. No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida
30. Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida
31. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo
32. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí
33. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo
34. No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está
35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo

36. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona

37. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona

38. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento

39. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.