



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOEFICACIA EN ESTUDIANTES DE
PRIMER CICLO DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA**

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

JULIO CÉSAR LLOCLLA HUARCAYA

ASESOR

DR. TOMÁS ROJAS AMBROSIO

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

ASPECTOS VINCULADOS A LA ACTIVIDAD EDUCATIVA

LIMA, PERÚ, FEBRERO DE 2021

DEDICATORIA

El presente estudio lo dedico a mi hijo a quien amo y es mi motivo para seguir creciendo profesionalmente.

AGRADECIMIENTOS

El resultado del siguiente trabajo es el tiempo y esfuerzo que se dedicó a cada momento, que sin el apoyo incondicional de mi familia y seres queridos no hubiera sido posible esta investigación.

Asimismo, a la Universidad Autónoma del Perú, en especial al Doctor José Anicama Gómez, por sus sabias lecciones y enseñanzas, cuales fueron la inspiración para poder realizar este trabajo.

A mi hijo Alejandro, por ser el motivo de dar todo lo mejor de mí y seguir siempre adelante.

ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
RESUMO	x
INTRODUCCIÓN	xi
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Realidad problemática	14
1.2. Justificación e importancia de la investigación	16
1.3. Objetivos de investigación: general y específicos	16
1.4. Limitaciones de la investigación	17
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de estudio	19
2.2. Bases teórico científicas	26
2.3. Definición de la terminología empleada	30
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Tipo y diseño de investigación	33
3.2. Población y muestra	33
3.3. Hipótesis	35
3.4. Variables - Operacionalización	36
3.5. Instrumentos de investigación	37
3.6. Procedimientos para la recolección de datos	44
3.7. Procedimiento de análisis estadístico	45
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	
4.1. Resultados descriptivos e inferenciales	47

4.2. Contrastación de hipótesis	56
---------------------------------------	----

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Discusión.....	58
---------------------	----

5.2. Conclusiones.....	63
------------------------	----

5.3. Recomendaciones.....	63
---------------------------	----

REFERENCIAS

ANEXOS

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de la muestra	33
Tabla 2	Distribución de las variables sociodemográficas	34
Tabla 3	Operacionalización de las variables	36
Tabla 4	Correlación ítem-test de la dimensión autoaceptación	38
Tabla 5	Correlación ítem-test de la dimensión relaciones con otros	38
Tabla 6	Correlación ítem-test de la dimensión autonomía	39
Tabla 7	Correlación ítem-test de la dimensión manejo del ambiente	39
Tabla 8	Correlación ítem-test de la dimensión sentido de vida	40
Tabla 9	Análisis de ítems de la dimensión crecimiento personal	40
Tabla 10	Confiabilidad Alfa de Cronbach para las dimensiones de la Escala de bienestar psicológico	41
Tabla 11	Baremos percentilares para la Escala de bienestar psicológico	41
Tabla 12	Correlación ítem-test de la Escala de autoeficacia general	43
Tabla 13	Baremos percentilares para la Escala de autoeficacia general	44
Tabla 14	Estadísticas descriptivas para la variable bienestar psicológico	47
Tabla 15	Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Autoaceptación	47
Tabla 16	Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Relaciones con otros	48
Tabla 17	Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Autonomía	48
Tabla 18	Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Manejo del ambiente	48
Tabla 19	Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Sentido de vida	49
Tabla 20	Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Crecimiento personal ...	49
Tabla 21	Nivel de bienestar psicológico	49
Tabla 22	Prueba de normalidad	50
Tabla 23	Puntajes de bienestar psicológico según sexo	50
Tabla 24	Valores de “U” de Mann-Whitney para bienestar psicológico según sexo	51
Tabla 25	Puntajes de bienestar psicológico según edad	52

Tabla 26	Valores de “U” de Mann-Whitney para bienestar psicológico según edad	53
Tabla 27	Estadísticas descriptivas para la variable autoeficacia.....	53
Tabla 28	Nivel de autoeficacia general	53
Tabla 29	Prueba de normalidad	54
Tabla 30	Puntajes de autoeficacia según sexo	54
Tabla 31	Valor t de Student para autoeficacia según sexo	54
Tabla 32	Puntajes de autoeficacia según edad.....	55
Tabla 33	Valor t de Student para autoeficacia según edad.....	55
Tabla 34	Correlación entre bienestar psicológico y autoeficacia.....	56

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOEFICACIA EN ESTUDIANTES DE PRIMER CICLO DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA

JULIO CÉSAR LLOCLLA HUARCAYA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

El estudio buscó determinar la relación entre el bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes universitarios. Además, de comparar las variables por sexo y edad. Fueron 129 estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima, de ambos sexos quienes formaron parte de la muestra. Las escalas empleadas fueron: la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y la Escala de Autoeficacia General Jerusalem y Schwarzer. Se obtiene como resultados una correlación no significativa entre bienestar psicológico y autoeficacia ($p > .05$). Sin embargo, se halló una relación inversa entre autoeficacia y autoaceptación ($p < .01$) y una relación directa entre autoeficacia y crecimiento personal ($p < .01$). Sólo se hallaron diferencias estadísticamente significativas en la variable autoeficacia según la edad de los participantes ($p < .05$).

Palabras clave: autoeficacia, bienestar psicológico, estudiantes universitarios, primer ciclo.

**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND SELF-EFFECTIVENESS IN FIRST
SEMESTER STUDENTS OF A PRIVATE UNIVERSITY OF LIMA**

JULIO CÉSAR LLOCLLA HUARCAYA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The research seeks to determine the relationship between psychological well-being and self-efficacy in university students. Also, compare both variables by sex and age. The sample consisted of 129 first-semester students from a private university in Lima, of both sexes. The scales used were the Ryff Psychological Well-being Scale and the Jerusalem and Schwarzer General Self-Efficacy Scale. The results showed a non-significant correlation between psychological well-being and self-efficacy ($p > .05$). However, an inverse relationship was found between self-efficacy and self-acceptance ($p < .01$) and a direct relationship between self-efficacy and personal growth ($p < .01$). Statistically significant differences were only found in the self-efficacy variable according to the age of the participants ($p < .05$).

Key word: self-efficacy, psychological well-being, college students, first cycle.

BEM-ESTAR PSICOLÓGICO E AUTOEFICÁCIA EM ESTUDANTES DE PRIMEIRO CICLO DE UMA UNIVERSIDADE PRIVADA DE LIMA

JULIO CÉSAR LLOCLLA HUARCAYA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

A pesquisa busca determinar a relação entre bem-estar psicológico e autoeficácia em estudantes universitários. Além disso, compare as duas variáveis por sexo e idade. A amostra foi composta por 129 alunos do primeiro semestre de uma universidade particular de Lima, de ambos os sexos. As escalas utilizadas foram a Escala de Bem-Estar Psicológico Ryff e a Escala de Autoeficácia Geral de Jerusalém e Schwarzer. Os resultados mostraram uma correlação não significativa entre bem-estar psicológico e autoeficácia ($p > 0.05$). No entanto, uma relação inversa foi encontrada entre autoeficácia e autoaceitação ($p < 0.01$) e uma relação direta entre autoeficácia e crescimento pessoal ($p < 0.01$). Diferenças estatisticamente significativas foram encontradas apenas na variável autoeficácia de acordo com a idade dos participantes ($p < 0.05$).

Palavras-chave: autoeficacia, bem-estar psicológico, estudante universitário, primeiro ciclo.

INTRODUCCIÓN

La variable psicológica autoeficacia ha ido cobrando alta importancia en el campo de la psicología, debido al interés en conocer la percepción sobre sí mismos y de sus capacidades frente a un momento o situación determinado (Reyes y Gutiérrez, 2015).

Es por ello que un individuo puede percibirse como un agente dotado de capacidades para responder a las adversidades, o como alguien que responde de manera pasiva ante las situaciones que se le presentan. Esto guarda relación con el bienestar psicológico que pueda experimentar cada individuo, pues si se focaliza en sus fortalezas y virtudes, contribuirá en percibir una adecuada capacidad para realizar cambios en mejorar el estilo de vida. Es así que Ryff (1989, citado por Ortiz y Castro, 2009) señala que el bienestar no sólo es la composición de afectos positivos y negativos que participan en la satisfacción con la vida, puesto que también corresponde a un constructo multifacético compuesto por actitudes.

El estudio presenta como objetivo relacionar el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima. Para lograr el objetivo se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico creada por Ryff (1989, citado por Pardo, 2010). Por otro lado, para medir la percepción de autoeficacia, se empleó la Escala de Autoeficacia General validada en el Perú por Grimaldo (2005). En esta misma línea, la hipótesis planteada en la presente investigación es la existencia de una relación estadísticamente significativa entre la variable autoeficacia y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios.

La presente investigación está estructurada en cinco capítulos: el primer capítulo se conforma por el problema de investigación, donde se describe la realidad problemática y la justificación, se mencionan también los objetivos y limitaciones.

En el segundo capítulo, se presenta el marco teórico donde se detallan investigaciones realizadas con relación a las variables de estudio, bases teóricas y definición de terminología empleada.

En el tercer capítulo, se detalla el marco metodológico describiendo el tipo y diseño de investigación, las variables, la población y muestra, instrumentos de recolección de información, así como el procedimiento. Adicionalmente, se presentan las hipótesis.

Los resultados de los datos obtenidos de la aplicación de los instrumentos se encuentran en el cuarto capítulo, así también, se detalla los resultados de la relación entre ambas variables.

En el quinto capítulo, encontramos la discusión de los resultados obtenidos, las conclusiones y recomendaciones derivadas del presente estudio.

Finalmente, se muestran las referencias consultadas y los anexos correspondientes.

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Realidad problemática

Aquellas adolescentes que inician su etapa universitaria tienen que afrontar nuevas exigencias y cambios, ya que están expuestos a distintas experiencias de transición, desde tener un mayor interés por el sexo opuesto, cuestionar la carrera universitaria elegida y lograr un desempeño académico aceptable. Estas circunstancias obligan estar constantemente evaluándose, y observando sus capacidades y competencias (Schultz, 2010).

En este sentido, en el ámbito educativo, se presenta un continuo interés por analizar y comprender las cogniciones y conductas que benefician o dificultan el rendimiento de los estudiantes y cómo éstos se relacionan con su desarrollo integral, por ejemplo, un factor cognitivo interviniente es la autoeficacia, entendida como aquella creencia sobre propias capacidades para planear y realizar acciones con el fin de lograr resultados determinados (Contreras, Espinosa, Esguerra, Haikal, Polanía y Rodríguez, 2005).

Además, existe evidencia que un bajo nivel de autoeficacia puede ocasionar la disminución del rendimiento académico e interés hacia el estudio. Por ello, es importante que uno de los objetivos de la educación sea fortalecer el desarrollo de las competencias académicas del estudiante, asimismo, como el fomentar habilidades que permitan al estudiante creer en sus capacidades (Blanco, Ornelas, Aguirre y Guedea, 2012).

La autoeficacia es la confianza que una persona posee sobre sus capacidades, la importancia de esta variable radica en lo necesaria que es para alcanzar los resultados deseados del estudiante, así también, determinaría el nivel de esfuerzo aplicado para realizar una conducta objetiva, así como como lograr una estabilidad frente a situaciones adversas (Campos, 2007).

En este sentido, la percepción de autoeficacia abarca un concepto mayor al del logro y superación de objetivos, pues la persona también se considera capaz de resolver problemas del día a día, aportando soluciones y creando estrategias de afrontamiento requeridas para afrontar tales adversidades o problemas (Ortiz y Castro, 2009).

En consecuencia, una misma habilidad en las personas podrían evidenciar un desempeño diferente, resultado de sus creencias de eficacia (Wigfield y Wentzel citado por Woolfolk, 2010). Ello afectaría su percepción de bienestar debido a que los estudiantes con cogniciones motivadoras pueden desarrollar actitudes positivas hacia el aprendizaje, obtener logros personales y en consecuencia alcanzar el bienestar psicológico (Tueros, 2012).

Los estudiantes universitarios que inician sus estudios generalmente no presentan niveles adecuados de autoeficacia, esto se evidencia con autoestima baja y sentimientos negativos sobre sus propias capacidades. Estos estudiantes se caracterizan por tener dificultades en la capacidad de solucionar aquellos estresores característicos de su etapa de desarrollo, es más complejo la motivación con capacidades propias y así lograr sus objetivos y metas. Sin embargo, los estudiantes ingresantes a la universidad con una adecuada autoeficacia evidencian mejora en la cognición de capacidades (San Juan, 2000).

En la actualidad no podemos encontrar diversidad de estudios que analicen la relación entre las variables autoeficacia y bienestar psicológico. En cuanto a la población, existe evidencia científica que determina que los estudiantes universitarios atraviesan diversas situaciones problemáticas (Álvarez, 2016). Asimismo, existen dificultades para afrontar tales situaciones y así como la presión de alcanzar adecuados resultados académico, a menudo esto conduce a una disminución de su rendimiento, incremento de malestar y desarrollo de actitudes negativas al aprendizaje (Dwyer y Cummings, 2001, citado por González, Valle, Freire y Ferradás, 2012). Como se observa, estas

mencionadas situaciones pueden perjudicar el bienestar psicológico de los estudiantes, la persistencia en el logro de objetivos y de crecimiento personal podrían verse amenazadas.

1.2 Justificación e importancia de la investigación

Se justifica el presente estudio en primer lugar a nivel teórico, dado que se consulta a literatura científica que fundamente con base teórica las variables bienestar psicológico y autoeficacia, teniendo en cuenta la escasez de estudios con ambas variables, este estudio permite incrementar el conocimiento en relación las variables mencionadas, en una población de universitarios pertenecientes al primer ciclo de una Institución privada de Lima.

Así también, se justifica a nivel metodológico, dado que se analizan las propiedades psicométricas de instrumentos psicológicos con el fin de medir las variables autoeficacia y bienestar psicológico en universitarios de primer ciclo en una institución privada de Lima.

A nivel práctico, la presente investigación se justifica dado que los resultados obtenidos brindaran información que permita a las autoridades universitarias diseñar estrategias de promoción de conductas que incentiven a la autoeficacia y el bienestar psicológico en sus estudiantes. Así también, se promoverá la elaboración y ejecución de programas de intervención para incrementar el nivel de las variables estudiadas.

1.3 Objetivos de Investigación: general y específicos

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación que existe entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.

1.3.2 Objetivos específicos

1. Describir el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.
2. Describir el nivel de autoeficacia en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.
3. Analizar si existen diferencias significativas en el bienestar psicológico según variables sociodemográficas sexo y edad, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.
4. Analizar si existen diferencias significativas en la autoeficacia según las variables sociodemográficas sexo y edad, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.
5. Establecer las asociaciones o correlaciones significativas entre las dimensiones del bienestar psicológico y la autoeficacia, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.

1.4 Limitaciones

Escasa literatura vinculada a investigaciones nacionales y extranjeras, en universitarios de los primeros ciclos.

Por otro lado, una segunda limitación estuvo constituida porque no se contaba con datos psicométricos de los instrumentos para la población estudiada; es decir, universitarios de primer ciclo, lo cual fue solucionado mediante un estudio piloto.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de estudio

Internacionales

Sandoval, Dorner y Veliz (2017) analizaron la variable bienestar en estudiantes universitarios en el Sur de Chile. El estudio fue no experimental tipo descriptivo con corte transversal. La muestra se conformó por 190 estudiantes del área de salud. Se empleó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados señalan que el 40.6% de la muestra poseen claridad respecto a su propósito en la vida. Por otro lado, el 41.7% presentaban un nivel en déficit de relaciones positivas con el entorno, el 26.6% obtuvieron un nivel bajo en autonomía y el 25.3%, nivel de crecimiento personal bajo. Los resultados indicaron que las dimensiones relaciones positivas, dominio del entorno y crecimiento personal puntuaron medias más altas en mujeres que los hombres, quienes solo obtuvieron un promedio más alto en autonomía.

Correa, Cuevas y Villaseñor (2016) estudiaron las diferencias en el bienestar psicológico y el tipo de orientación a las metas. El estudio tuvo un alcance de tipo descriptivo correlacional, conformada por 230 estudiantes. Se empleó la Escala de bienestar psicológico y el cuestionario de estrategias de motivación para el aprendizaje, específicamente las subescalas de orientación a la meta. Finalmente se evidencia que las relaciones positivas, autoaceptación y planes a futuro obtienen diferencias estadísticamente significativas en estudiantes que poseen un alto rendimiento. Por otro lado, diferencias no se hallaron con otras subescalas ni con subescalas de orientación a la meta.

Freire (2014) analizó en qué punto el bienestar psicológico es eficaz como afrontamiento al estrés académico. Fue conformado por una muestra de 1072 estudiantes universitarios. El estudio fue de diseño ex post facto de corte transversal. Los instrumentos empleados fueron la Escala de afrontamiento parte del Cuestionario de Estrés académico y la Escala de Bienestar psicológico de

Ryff. A través del estadístico “ANOVA de un factor” se buscó estimar si el grado o nivel de bienestar psicológico, influye en la adopción de las estrategias de reevaluación positiva, búsqueda de apoyo y planificación. Los resultados obtenidos demuestran que el modelo propuesto por Ryff presentó mayor ajuste teórico a los datos. Asimismo, se observó que las dimensiones de la variable bienestar psicológico y las tres estrategias de afrontamiento al estrés académico presentan una relación estadísticamente significativa y positiva.

García-Andaleta (2014) determinó si existen diferencias según edad y sexo en la variable bienestar psicológico. El estudio se conformó por 180 estudiantes universitarios de España, 76.7% correspondiente a mujeres y 23.3% hombres, de 18 a 55 años. Se empleó la Escala de Ryff y se utilizó la prueba de Mann-Whitney para los análisis de diferencias entre grupos. Aquellas personas entre los 30 a 55 años obtuvieron puntajes mayores que los de menor edad, específicamente en autoaceptación, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida. En cuanto al sexo, el femenino puntuó mayor al sexo masculino en la dimensión crecimiento personal. Así también, se evidencia que la edad podría estar relacionada con cambios en la motivación de acuerdo a la etapa de desarrollo.

Con respecto a la variable autoeficacia, Acuña, Angulo, Casaccia y Espinoza (2013) investigaron la autoeficacia y su correlación con la actividad física (frecuencia) en universitarios de Paraguay. El estudio se conformó por 176 estudiantes, los cuales se seleccionaron intencionalmente. El tipo de investigación fue correlacional, diseño no experimental. Se aplicó la Escala de autoeficacia general y el Cuestionario internacional de actividad física, confirmando la relación entre ambas variables.

Ornelas, Blanco, Gastélum y Chávez (2013) analizaron la autoeficacia percibida en la conducta académica de estudiantes en Chihuahua - México. El estudio fue conformado por 902 mujeres estudiantes del primer ciclo de siete

disciplinas académicas. La investigación tuvo un alcance cuantitativo de diseño descriptivo tipo encuesta. Existe evidencia que el perfil de autoeficacia actual, deseada y alcanzable se relaciona entre sí, en cuanto se perciba mayor autoeficacia, habrá mayor deseo y posibilidades de ser eficaz.

González, Valle, Freire y Ferradás (2012) estudiaron la percepción de autoeficacia y el bienestar psicológico en universitarios de México. El estudio tuvo un alcance ex post facto prospectivo simple de corte transversal con un muestreo probabilístico – conglomerado por etapa. Se conformó por 244 participantes, con edades entre 18 años hasta los 38 años. Se usó la Escala de Autoeficacia General y la Escala de Ryff. Finalmente, la percepción de autoeficacia y las dimensiones del bienestar psicológico muestran una relación significativa, como la autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.

Veliz (2012) investigó los niveles del autoconcepto, autoeficacia académica y bienestar psicológico en chilenos universitarios. La muestra se conformó por 691 participantes de ambos sexos, entre 17 años hasta 30 años, se empleó un muestreo de tipo incidental. El estudio tuvo un diseño no experimental con un alcance descriptivo de corte transversal. Se usó la Escala de Autoconcepto de García y Musitu, la Escala de Autoeficacia Académica General de Torre y Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados evidencian falta de diferencias estadísticas en cuanto al sexo y autoeficacia académica, por otro lado, en cuanto al sexo masculino presentan mayor autonomía y las mujeres mayor dominio del entorno en bienestar psicológico. Finalmente, quienes presentan mejor nivel en las dimensiones evaluadas son los participantes del área de salud.

Páramo, Straneiro, García, Torrecilla y Escalante (2012) investigaron el bienestar psicológico y los estilos de personalidad en argentinos que estudian en una universidad, así también, analizaron sus objetivos de vida. Se conformó la

muestra por 366 personas entre hombres y mujeres. El diseño de la investigación fue transversal con metodología descriptiva y correlacional. La Escala de Bienestar Psicológico para Adultos, la Escala de Little e Inventario de Estilos de Personalidad de Millón fueron empleados. Se analizó la relación de las dimensiones del bienestar psicológico con rasgos de personalidad, las cuales son: “metas motivacionales, modos cognitivos y conductas interpersonales”. El análisis indica la presencia de relación entre los rasgos de personalidad y bienestar psicológico, en el área de “metas motivacionales, la apertura, modificación e individualismo” se relacionan de forma positiva con la autonomía. Así también, el manejo del conocimiento (analítico) se relaciona de forma negativa con el mantenimiento de adecuadas relaciones y los juicios cognitivos (afectividad) y caracterizado por innovación se relacionan de forma positiva con el mantener relaciones saludables.

Chow (2010) identificó variables predictoras del éxito académico y bienestar psicológico en 501 universitarios canadienses. El instrumento empleado fue un cuestionario de 30 ítems desarrolladas por el mismo investigador. Los resultados evidencian: aquellos estudiantes mayores de edad se encuentran más satisfechos con su salud física, así también, mayor bienestar psicológico y aspiraciones educativas, en comparación con los de menor edad. En cuanto al género, los varones encuentran mayor satisfacción con su aspecto físico, su autoimagen y las sus relaciones interpersonales, alcanzando puntajes altos en la escala de satisfacción con la vida. Estos resultados reflejan un mayor sentido de aspiraciones vitales y mayor bienestar psicológico.

Pérez, Ponce, Hernández y Márquez (2010) estudiaron la salud mental y el bienestar psicológico en universitarios. El estudio fue exploratorio desarrollado en México, fueron 243 estudiantes quienes conformaron la muestra. Los instrumentos aplicados fueron el Cuestionario de González de Rivera y Revuelta, la Escala de Sánchez-Canovas y el Cuestionario de Salud de Goldberg. Los resultados evidencian que en cuanto al bienestar psicológico tanto

subjetivo como material los estudiantes presentan un nivel medio-alto, con puntuaciones mínimamente bajos en el bienestar académico; sobre aquello que consideraban relevante mencionaron necesaria la orientación sobre obtención de título y oportunidades laborales, por otro lado, no era relevante para ellos las tutorías y métodos de estudio. La mayor parte de estudiantes reportaron la ausencia de distrés psicológico.

Nacionales

Carranza, Hernández y Alhuay (2017) investigaron el bienestar psicológico y rendimiento académico en universitarios de Tarapoto. La investigación fue de diseño no experimental, tipo correlacional. Fueron 120 estudiantes de psicología quienes formaron parte de la muestra. Se aplicó la Escala de bienestar psicológico de Ryff., la cual contiene las siguientes dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito de vida, Los resultados evidencian relación significativa, así como directa entre ambas, es decir, mayor nivel de bienestar psicológico mayor el rendimiento académico.

Rosales (2017) determinó la relación que existe entre la autoeficacia y la felicidad. Fueron 317 universitarios limeños entre hombres y mujeres los que formaron parte de la muestra. La Escala de Autoeficacia de Baessler y Schwarzer y la Escala de Felicidad de Reynaldo Alarcón se aplicaron en este estudio. Se denota una relación significativa entre autoeficacia y felicidad, así como entre la variable autoeficacia y el sentido positivo de la vida, satisfacción con la vida asociado a la autoeficacia así también se asocia al factor alegría de vivir. Finalmente, se hallan diferencias entre hombres y mujeres, en la dimensión alegría de vivir.

Álvarez (2016) relacionó las variables, autoeficacia y asertividad, en base a la práctica y no práctica de danzas folclóricas en adolescentes provenientes de

Lima Metropolitana. Se usó un diseño de investigación no experimental, tipo correlacional. El muestreo aplicado fue no probabilístico y fueron adolescentes (adolescencia media) que estudian en colegios, institutos educativos y/o academias de danza de los distritos de Ate, San Luis y Santa Anita (selección distrital en base al nivel socioeconómico medio y medio - bajo) quienes formaron parte de la muestra. Se utilizaron la prueba de asertividad de Rahtus (R.A.S.) y el test de autoeficacia generalizada (Self-Efficacy Scale). Los resultados evidencian que la autoeficacia se relaciona de forma significativa y positiva con asertividad en toda la muestra, sin embargo, el coeficiente de correlación más alto ($r = .58$) se obtiene en los adolescentes que practican danza, mientras que en toda la muestra y en los que no practican danza, la correlación es moderada ($r = .47$ y $r = .46$). Así también, la autoeficacia se relaciona de forma significativa, negativa y baja con la pasividad en toda la muestra y los que no practican danza; mientras que no existe correlación significativa en el grupo de adolescentes que practica danza.

A su vez, Chávez (2016) estudió el bienestar psicológico y autoeficacia en universitarios de Juliaca. Se empleó un diseño no experimental, tipo descriptivo/correlacional. En total 142 universitarios fueron parte de la muestra, los instrumentos aplicados fueron la Escala de Ryff y la Escala de Autoeficacia General. Se concluye la existencia de una relación significativa y directa entre ambas variables, así también, en sus dimensiones: autoaceptación, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal, propósito en la vida y en relaciones positivas se puede observar una relación estadísticamente no significativa.

Alegre (2014) determinó la relación entre la variable autoeficacia y la procrastinación académica. El muestreo realizado fue no probabilístico, incidental, conformándose por 348 universitarios limeños, 50.6% hombres y el 49.4% mujeres. El estudio fue de diseño no experimental, tipo correlacional. Los instrumentos aplicados fueron la Escala de autoeficacia y la Escala de procrastinación académica, ambos instrumentos con adecuadas propiedades

psicométricas. Se concluye la presencia de relación significativa e inversa entre ambas variables.

Por su parte, Condori (2013) realizó un estudio con la finalidad de conocer la relación entre la autoeficacia (afrontamiento al estrés), reacciones interpersonales, bienestar psicológico y percepción de salud. Se analizó su relación con el rendimiento académico. Fueron 521 universitarios trujillanos quienes formaron parte de la muestra. Se emplearon la Escala de autoeficacia para el afrontamiento del estrés, Inventario abreviado de reacciones interpersonales, Escala de bienestar psicológico y el Cuestionario general de salud. Fueron encontradas correlaciones significativas entre el rendimiento académico con la autoeficacia para el afrontamiento del estrés, el bienestar psicológico, específicamente en las dimensiones de control y aceptación de proyectos y las reacciones interpersonales. Asimismo, existen relaciones significativas entre la autoeficacia, el bienestar psicológico y la percepción de la salud.

Velásquez, Montgomery, Montero, Pomalaya, Dioses, Araki y Reynoso (2008) buscaron relación entre el bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en universitarios limeños. El muestreo empleado fue no probabilístico circunstancial. Fueron 1244 alumnos de diferentes facultades quienes conformaron la muestra. Se empleó la Escala de Ryff y el Inventario de Rathus, dado que se buscó la relación entre las variables el tipo de investigación fue correlacional. El análisis determinó una relación significativa entre las variables de estudio. Además, se halló diferencias significativas entre el bienestar psicológico y la asertividad según sexo.

2.2 Bases teórico-científicas

2.2.1 Bienestar psicológico

Diversas perspectivas y paradigmas han desarrollado el concepto de bienestar, los cuales se sustentan en aspectos filosóficos, diversos, pero no alejados u opuestos del todo (Pardo, 2010). La primera, es señalada como tradición hedónica que concibe el bienestar psicológico subjetivo en relación con la íntegra evaluación que realiza la persona acerca de situaciones placenteras y situaciones desagradables. Desde esta perspectiva encontramos relación con variables como la felicidad, la satisfacción vital y los efectos positivos (Díaz, Rodríguez, Blanco, Moreno, Gallardo y Valle, 2006).

La segunda perspectiva es denominada tradición eudaimónica, que considera al bienestar psicológico un indicador de óptimo funcionamiento, donde se permite que la persona desarrolle sus capacidades y crezca de forma personal (Montero y Fernández, 2012).

Como se observa el bienestar psicológico se enfoca en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, las cuales son los principales indicadores de óptimo funcionamiento (Ryff, 1989; citado por Velásquez y colaboradores, 2008).

En esta línea, la psicología positiva postula que el ser humano tiene la “fuerza” o “resiliencia” para superar los eventos estresores de la vida cotidiana, logrando un continuo crecimiento y fortalecimiento personal, por medio del descubrimiento de capacidades y fortalezas (Seligman, 2002).

También está relacionado con la capacidad para experimentar emociones negativas, pues ante la existencia de estas, los seres humanos tienen que enfrentarse y tener que hacerles frente de la manera más adecuada. A lo

cual son capaces de generar un sentido y un significado a lo que les está ocurriendo en sus vidas (Casullo, 2002 citado por Chow, 2010).

Cabe mencionar que, para la realización de este estudio se consultó el modelo de Ryff (multidimensional) (1989 citado por Velásquez y colaboradores, 2008), bajo la segunda perspectiva, se conciben seis dimensiones en las que se expresa el bienestar psicológico, estas dimensiones son: la autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, y crecimiento personal.

Modelo multidimensional del Bienestar Psicológico Ryff

Ryff (1989 como se citó en Velásquez y colaboradores, 2008) elaboró un modelo multidimensional del bienestar psicológico, compuesto por 6 dimensiones: a) autoaceptación; b) relación con otros; c) autonomía; d) manejo del ambiente; e) sentido de vida y f) crecimiento personal. Las dimensiones representan el área de salud, bienestar y funcionamiento óptimo.

La autonomía es la virtud que evidencia la persona en mostrar independencia y toma de decisiones, por lo que presenta nociones respecto a la autodeterminación, la regulación interna para evaluar sus conductas y alcanzar la felicidad.

Para Ryff (1995 citado por Condori, 2013) la autonomía se manifiesta en la resistencia a la presión social, analizar y accionar de una determinada manera. Realizando una autoevaluación, actuando independientemente y regulando el comportamiento. Sin embargo, una persona con autonomía baja muestra características de preocupación por la evaluación de parte de otras personas, donde sus decisiones estarían basadas en las opiniones y juicios de otros.

La dimensión denominada manejo del ambiente refiere que todas las personas tienen la capacidad de poder ser competentes y lograr un buen manejo de su entorno. Esto involucra poder tener habilidades para poder adaptarse a diversas circunstancias, y sacar provecho de las oportunidades que el ambiente ofrece. Tiene que ver con aquella habilidad elección o elección de ambientes adaptativos en cuanto a las capacidades y necesidades de uno mismo. Considerando las oportunidades que el entorno ofrece, así como generar situaciones para satisfacer sus necesidades o valores personales.

Crecimiento Personal guarda cercanía con la autorrealización, que influye en que las personas puedan desarrollar su propio potencial, buscando nuevas experiencias y mejoras. En este sentido, Ryff (1995 citado por Condori 2013) lo concibe como un sentimiento de desarrollo constante.

2.2.2 Autoeficacia

Es común que la autoeficacia se perciba como el dominio específico de una habilidad o incluso de una tarea en concreta. Pues se entienden muchas veces de manera específica, es decir, se percibe la eficacia para una situación en concreto. Tales como aprobar un examen, ingresar a la universidad, solucionar un problema de matemática, etc. Sin embargo, existen autores que consideran que la autoeficacia no sólo apunta a percibirse de manera puntual, sino que considera dicho concepto en un sentido más amplio (Schwarzer y Jerusalem, 2010; citado por Reyes y Gutiérrez, 2015).

Baessler y Schwarzer en 1996 (citado por Reyes y Gutiérrez, 2015) consideran a esta variable como la creencia estable de una persona sobre sus capacidades, para manejarse de forma adecuada ante la diversidad de factores estresantes del día a día.

La teoría social cognitiva

La teoría social cognitiva es una de las teorías de la personalidad que tiene mayor acogida, los estudios más representativos son los realizados por Bandura, el cual introduce la teoría de aprendizaje social, quien menciona que la conducta se aprende por medio de reforzamiento vicario (Schultz, 2010); es decir, las personas observan el comportamiento de otro individuo, y ello advierte las posibles recompensas y las imitan. Asimismo, existen procesos cognoscitivos en los individuos que son intermediarios entre el estímulo y la respuesta, actuando como mecanismos que controlan el comportamiento, por medio del autocontrol y el auto reforzamiento.

Los procesos de atención, retención, producción, los incentivos y la motivación participan en el aprendizaje por observación, ello estará relacionado también con las normas internas del individuo, ya que el auto reforzamiento requiere de pautas de desempeño que permitan evaluar la conducta. En este sentido, la autoeficacia designa la capacidad para controlar los sucesos de la vida (Schultz, 2010).

Autoeficacia en la adolescencia

En esta etapa supone afrontar nuevas exigencias, y por sobre todo cambios, ya que están expuestos a distintas experiencias de transición, desde tener un mayor interés por el sexo opuesto, hasta la elección de la universidad, incluso la elección de una carrera universitaria. Estas circunstancias obligan al adolescente (estudiante universitario) estar constantemente evaluándose, y observando sus capacidades y competencias (Schultz 2010).

Un bajo nivel de autoeficacia se evidenciará si un estudiante tiene dudas sobre su capacidad de aprendizaje y es más probable la evitación de situaciones donde tenga que ejercer tales capacidades. Esto difiere de estudiantes con una

alta autoeficacia, pues el sentido de confianza en sus habilidades es mayor, generando mayor compromiso a pesar de las limitaciones y la dificultad (Grimaldo, 2005).

Por otro lado, Bandura (1995 como se citó en Ornelas, Blanco, Gastélum y Chávez, 2013) postula que, si en la adolescencia existe un nivel de autoeficacia adecuada, significa que en la niñez ha desarrollado con éxito sus capacidades. Y para ello las experiencias iniciales en el contacto con los padres serán indispensables para la formación de la autoeficacia, por lo que la influencia de los progenitores son claves para su desarrollo. Asimismo, cuando el niño empieza a crecer, el panorama se expande no sólo a sus padres, sino que incorpora otros modelos también, como los hermanos, sus compañeros e incluso otros adultos.

2.3 Definición de la terminología empleada

Autoeficacia

Creencia estable de una persona sobre sus capacidades, para manejarse adecuadamente ante diversos estresores del día a día (Baessler y Schwarzer, 1996; como se citó en Reyes y Gutiérrez, 2015).

Bienestar psicológico

Indicador de funcionamiento positivo, este mismo permite que una persona desarrolle sus capacidades, y por consiguiente, su crecimiento personal (Montero y Fernández, 2012).

Estudiante universitario

Persona generalmente en la etapa de la adolescencia que se encuentra matriculado en la universidad para seguir estudios superiores respecto a un campo de crecimiento que más adelante ejercerá en una profesión. El estudiante universitario la adquisición de una formación profesional, humana, ética y moral (Ventura, 2011 citado por Rosales, 2017).

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1 Tipo y diseño de investigación

La presente investigación es de enfoque cuantitativo, puesto que, a través de la medición numérica y el análisis estadístico inferencial, se prueban hipótesis previamente formuladas. El diseño de investigación es no experimental, no se manipulo las variables deliberadamente y solo se observaron los fenómenos en su ambiente natural para posteriormente ser analizados. Se recolectaron los datos en un solo momento (corte transversal). El tipo de investigación fue de tipo descriptivo, comparativo y correlacional (Fernández, Hernández y Baptista, 2014).

3.2 Población y muestra

Población

Estuvo conformada por los estudiantes de 1° ciclo de las carreras de Terapia y rehabilitación, Ingeniería de sistemas, Medicina, Psicología y Arquitectura provenientes de una universidad privada de Lima.

Muestra

Tabla 1

Distribución de la muestra

Carreras	N	%
Terapia y rehabilitación	23	17.83
Ingeniería de sistemas	26	20.16
Medicina	28	21.71
Arquitectura	24	18.60
Psicología	28	21.71
Total	129	100.0

Se conformó por 129 estudiantes de las carreras de Terapia y rehabilitación, Ingeniería de Sistemas, Medicina, Arquitectura y Psicología, los cuales fueron seleccionados mediante muestreo no probabilístico tipo intencional.

La presente investigación considero criterios de inclusión y de exclusión:

Criterios de Inclusión:

- Estudiantes matriculados en el primer ciclo en el momento de la aplicación de los instrumentos.
- Estudiantes de las siguientes carreras: Terapia y rehabilitación, Ingeniería de sistemas, Medicina, Arquitectura y Psicología
- Participación voluntaria

Criterios de exclusión:

- Estudiantes del segundo ciclo en adelante.
- Estudiantes ausentes en la fecha de recolección de datos.
- Estudiantes que contesten de manera incompleta los instrumentos de evaluación.

Tabla 2

Distribución de las variables sociodemográficas

Variables	Fr.	%
Sexo		
Femenino	64	49.6
Masculino	65	50.4
Intervalos de edad		
16 a 20 años	107	82.9
21 a 25 años	22	17.1

3.3 Hipótesis

3.3.1 Hipótesis general

H₁: Existe relación significativa entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.

H₀: No existe relación significativa entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.

3.3.2 Hipótesis específicas

H₁: Existen diferencias significativas en el bienestar psicológico según las variables sociodemográficas: sexo y edad, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.

H₀: No existen diferencias significativas en el bienestar psicológico según las variables sociodemográficas: sexo y edad, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.

H₂: Existen diferencias significativas en la autoeficacia según las variables sociodemográficas: sexo y edad, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.

H₀: No existen diferencias significativas en la autoeficacia según las variables sociodemográficas sexo y edad, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.

H₃: Existe relación significativa entre las dimensiones del bienestar psicológico y la autoeficacia, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.

H₀: No existe relación significativa entre las dimensiones del bienestar psicológico y la autoeficacia, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima

3.4 Variables - operacionalización

Tabla 3

Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Dimensión	Indicador	Unidad de medida
Bienestar psicológico	Indicador del funcionamiento positivo que permite que la persona desarrolle sus capacidades y consecuentemente crecimiento personal (Montero y Fernández, 2012).	-Auto- aceptación	Nivel de autoaceptación	Puntuación obtenida en la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989).
		-Relación con otros	Nivel de relación con otros	
		-Autonomía	Nivel de autonomía	
		-Manejo del ambiente	Nivel de manejo del ambiente	
		-Sentido de vida	Nivel de sentido de vida	
Autoeficacia	Creencia estable que posee una persona sobre sus capacidades, para manejarse adecuadamente ante diversos estresores del día a día (Baessler y Schwarzer, 1996 citado en Reyes y Gutiérrez, 2015).	Autoeficacia General	Nivel de Autoeficacia	Puntuación obtenida en la Escala de Autoeficacia General de Jerusalem y Schwarzer (2005).
Variables sociodemográficas	Condición de un organismo que distingue entre masculino y femenino	Sexo	Femenino	Registro en la ficha de datos
			Masculino	
	Cantidad de años cumplidos hasta la fecha de la ejecución del estudio	Edad	El número de años cumplidos	Cálculo a partir del registro de edad en la ficha de datos

3.5 Instrumentos de investigación

Escala de Bienestar Psicológico

Fue creada por Ryff en 1989, en EE. UU. La escala se compone por las dimensiones de autoaceptación, relación con otros, autonomía, manejo del ambiente, sentido de vida y crecimiento personal”. La escala cuenta en total con 84 ítems, 14 por cada dimensión, tipo likert que va desde “totalmente en desacuerdo” a “totalmente de acuerdo”. Está dirigida a estudiantes universitarios.

Esta escala cuenta con una validez adaptada a nuestro contexto, específicamente en estudiantes universitarios desde los 18 hasta los 31 años. La mencionada investigación se basó en la versión de 84 ítems, la cual paso por un proceso de validación semántica (Cubas, 2003). En cuanto a la confiabilidad, esta se realizó con el coeficiente Alfa de Cronbach y para el total del instrumento obtuvo .89 y entre .78 y .87 para las dimensiones, siendo esta óptima. Se realizó también una correlación ítem-test, donde se obtuvo valores mayores a .50. Además de ello, se realizó análisis factorial, específicamente de los componentes que conforman el instrumento, se llegó a la conclusión que un factor agrupa las seis dimensiones (Cubas, 2003).

Estudio piloto para el presente estudio

Tabla 4

Correlación ítem – test de la dimensión autoaceptación

Ítems	Correlación ítem-test	Alfa si se elimina el ítem
18	.591	.738
24	.354	.783
42	.547	.747
54	.449	.765
60	.659	.726
66	.636	.728
84	.369	.789

En primer lugar, se ejecutó el análisis de ítems por dimensión. El objetivo de este análisis es indagar sobre la contribución de los ítems a la medición de la dimensión donde pertenecen. Los resultados para la dimensión autoaceptación señala que se eliminaron siete ítems que resultaron con correlaciones negativas: 6, 12, 30, 36, 48, 72 y 78. Los demás ítems obtuvieron correlaciones que se encuentran en un rango desde 0.354 hasta 0.659 (mayores a .20).

Tabla 5

Correlación ítem – test de la dimensión relaciones con otros

Ítem	Correlación ítem-test	Alfa si se elimina el ítem
7	.531	.746
13	.554	.741
31	.507	.751
43	.478	.756
55	.351	.778
61	.564	.739
73	.531	.746

En la tabla 5, observamos el análisis de ítems para la dimensión relaciones con otros. En esta dimensión se eliminó un ítem que resultó con

correlación negativa: 19; además, se eliminaron seis ítems con correlaciones bajas (inferiores a .20): 1, 25, 37, 49, 67 y 79. Los demás ítems obtuvieron correlaciones que se encuentran en un rango desde 0.351 hasta 0.564.

Tabla 6

Correlación ítem – test de la dimensión autonomía

Item	Correlación ítem-test	Alfa si se elimina el ítem
2	.353	.741
32	.591	.677
44	.453	.718
56	.618	.668
62	.556	.690
74	.337	.748

En la tabla 6, observamos que en la dimensión relaciones con otros se procedió a eliminar seis ítems que resultaron con correlaciones negativas: 8, 14, 26, 38, 68 y 80; además, se eliminaron dos ítems con correlaciones bajas (inferiores a .20): 20 50. Los demás ítems obtuvieron correlaciones que se encuentran en un rango desde 0.337 - 0.618.

Tabla 7

Análisis de ítems de la dimensión manejo del ambiente

Item	Correlación ítem-test	Alfa si se elimina el ítem
9	.465	.705
15	.255	.773
27	.556	.681
45	.471	.704
63	.579	.670
75	.583	.670

En la tabla 7, se presenta el análisis de ítems para la dimensión Manejo del ambiente. Se procedió a eliminar siete ítems que resultaron con correlaciones

negativas: 3, 21, 39, 51, 57, 69 y 81; además, se eliminó un ítem con correlación baja (inferior a .20): 33. Los demás ítems obtuvieron correlaciones que se encuentran en un rango desde 0.255 hasta 0.583.

Tabla 8

Correlación ítem – test de la dimensión sentido de vida

Item	Correlación ítem-test	Alfa si se elimina el ítem
5	.524	.733
23	.414	.751
47	.412	.752
53	.720	.702
59	.319	.767
65	.350	.764
71	.444	.746
77	.591	.719

El análisis de ítems para Sentido de vida se encuentra en la presente tabla, el resultado evidencia la eliminación de seis ítems que resultaron con correlaciones negativas: 11, 17, 29, 35, 41 y 83. Los demás ítems obtuvieron correlaciones que se encuentran en un rango desde 0.319 hasta 0.720.

Tabla 9

Correlación ítem – test de la dimensión crecimiento personal

Item	Correlación ítem-test	Alfa si se elimina el ítem
10	.421	.804
16	.435	.800
28	.608	.777
40	.600	.775
46	.400	.804
52	.298	.816
64	.734	.752
70	.702	.761

El análisis de ítems para la dimensión crecimiento personal lo observamos en la tabla 9. En esta dimensión se eliminaron seis ítems que resultaron con correlaciones negativas: 4, 22, 34, 58, 76 y 82. Los demás ítems obtuvieron correlaciones que se encuentran en un rango desde 0.298 - 0.734.

Tabla 10

Confiabilidad Alfa de Cronbach para las dimensiones de la Escala de bienestar psicológico

Dimensión	Coefficiente Alfa
Autoaceptación	0.782
Relaciones con otros	0.779
Autonomía	0.745
Manejo del ambiente	0.739
Sentido de vida	0.767
Crecimiento personal	0.809
Instrumento completo	0.801

Así también, se analizó confiabilidad para la Escala de bienestar psicológico, a través del coeficiente Alfa de Cronbach. Podemos observar en la tabla 10 que el total del instrumento, así como las dimensiones que alcanzaron valores por encima de .70, considerando al instrumento confiable.

Tabla 11

Baremos percentilares para la Escala de bienestar psicológico

Pc	Autoaceptación	Relaciones con otros	Autonomía	Manejo del ambiente	Sentido de vida	Crecimiento personal	Total
5	14	10	11	11	22	26	128
10	15	11	11	13	25	30	133
15	16	13	12	15	26	32	134
20	16	16	13	16	28	33	137
25	17	19	14	18	30	34	145
30	19	19	14	18	30	36	146
35	20	20	15	19	32	37	148

Pc	Autoaceptación	Relaciones con otros	Autonomía	Manejo del ambiente	Sentido de vida	Crecimiento personal	Total
40	22	21	16	20	32	38	149
45	22	21	17	20	33	38	152
50	24	21	18	21	34	39	153
55	25	22	19	23	35	40	160
60	26	23	20	24	36	41	162
65	27	24	20	24	37	42	162
70	28	25	21	24	37	42	163
75	28	25	23	25	38	42	170
80	29	27	24	26	39	43	173
85	31	28	27	26	40	43	177
90	34	31	28	27	41	44	180
95	36	34	30	32	43	45	187

En la tabla 11, observamos los baremos percentilares para la Escala de Bienestar Psicológico.

Escala de Autoeficacia General

Originalmente, la versión alemana fue desarrollada en 1979 por Matthias Jerusalem y Ralf Schwarzer, y luego revisada y adaptada a 30 idiomas por diversos co-autores. Este instrumento busca evaluar la creencia de autoeficacia del evaluado frente a diversas situaciones de la vida. Ha sido diseñada para aplicarse a adolescentes (mayores de 14 años). La escala se compone por 10 ítems, escala Likert que va desde “incorrecto” a “cierto” en total cuatro opciones de respuesta. El total en puntuación mínimo 10 y 40 como máximo.

La validez de constructo a través del análisis factorial se realizó por el método de componentes principales. Este análisis mostro que los ítems se explican con solo un factor, manteniéndose el modelo unidimensional del instrumento (Contreras, Espinosa, Esguerra, Haikal, Polanía y Rodríguez, 2005).

La validez convergente, se evidenció con la alta correlación positiva con la variable autoestima. La validez divergente determinó una correlación negativa con ansiedad, depresión y síntomas físicos (Contreras et al., 2005). Para la confiabilidad por consistencia interna se empleó el coeficiente Alfa de Cronbach, hallándose un valor entre 0.79 y 0.93, lo cual señala que es un instrumento confiable (Contreras et al., 2005).

Estudio piloto

Tabla 12

Correlación ítem-test de la Escala de autoeficacia general

Ítems	Correlación ítem-test	Alfa si se elimina el ítem
1	.380	.825
2	.413	.821
3	.494	.813
4	.552	.807
5	.579	.804
6	.553	.807
7	.617	.801
8	.499	.813
9	.522	.810
10	.533	.809

Se realizó un análisis de ítems, con el objetivo de conocer la contribución de cada uno de los ítems a la medición de la variable. A continuación, se presentan los resultados del análisis de ítems (tabla 12). Se observa que las correlaciones se encuentran en un rango desde 0.380 hasta 0.617 (mayor a 0.20), por lo que no se eliminó ningún ítem de la Escala.

Se analizó también la confiabilidad obteniéndose un valor Alfa de Cronbach de 0.827, siendo este mayor a .70, se determina entonces que el instrumento es confiable.

Tabla 13

Baremos percentilares para la Escala de Autoeficacia General

Pc	Autoeficacia general	Pc	Autoeficacia general
5	24	55	33
10	27	60	34
15	28	65	34
20	29	70	35
25	29	75	35
30	30	80	36
35	31	85	37
40	32	90	39
45	32	95	39
50	33		

En la tabla 13 vemos también los baremos percentilares elaborados para la Escala de Autoeficacia.

3.6 Procedimientos para la recolección de datos

El primer paso fue solicitar la autorización para la ejecución del estudio, aprobado este permiso, se aplicó el consentimiento informado, donde se indica el nombre del investigador, objetivos y otros detalles como la participación anónima y voluntaria, así también se mencionó que los datos serían manejados de forma confidencial. Fue brindado un correo electrónico donde podrían hacer consultas al investigador.

Terminado de recolectar los datos, las respuestas fueron insertadas en el programa estadístico y en base a ello se realizó en análisis.

3.7 Procedimiento de análisis estadístico

Con los datos recolectados se continuó con el análisis estadístico: análisis de estadísticos descriptivos y análisis inferencial. Para esto, se hizo uso del paquete estadístico SPSS, versión 22. En cuanto al análisis descriptivo se emplearon medias, desviación estándar y coeficiente de variación, asimismo, se realizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para conocer la distribución de los datos. Para las comparaciones según sexo y edad, es decir, de grupos independientes, se empleó la prueba U de Mann-Whitney (no paramétrica) y también la t de Student (paramétrica). Para relacionar las variables, se utilizó la prueba no paramétrica de correlación de Spearman.

CAPÍTULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Resultados descriptivos e inferenciales

Tabla 14

Estadísticas descriptivas para la variable bienestar psicológico

Variable	Media	D.E	Coefficiente de variación
Autoaceptación	23.56	7.03	29.83
Relaciones con otros	21.53	7.08	32.88
Autonomía	18.52	5.96	32.19
Manejo del ambiente	21.12	5.55	26.30
Sentido de vida	33.41	6.30	18.87
Crecimiento personal	37.88	6.12	16.16
Bienestar psicológico	156.02	19.40	12.44

Se observa en la tabla 14 que la muestra los estadísticos descriptivos del bienestar psicológico y sus dimensiones. Observamos que la variable bienestar psicológico presenta un promedio de 156.02. La dispersión de puntuaciones se considera aceptable, debido al análisis del coeficiente de variación. Es decir, los puntajes en las dimensiones y total de la muestra son homogéneos.

Tabla 15

Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Autoaceptación

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	38	29,5
Medio	52	40,3
Alto	39	30,2
Total	129	100,0

En la tabla 15 observamos que el 40,3% de la muestra presenta un nivel medio de autoaceptación seguido de un nivel alto con 30,2%.

Tabla 16

Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Relaciones con otros

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	32	24,8
Medio	56	43,4
Alto	41	31,8
Total	129	100,0

En la tabla 16 se observa que el 43,4% de la muestra presenta un nivel medio en la dimensión de relaciones con otros seguido de un nivel alto con 31,8%.

Tabla 17

Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Autonomía

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	31	24,0
Medio	54	41,9
Alto	44	34,1
Total	129	100,0

En la tabla 17 observamos que el 41,9% de la muestra presenta un nivel medio de autonomía seguido de un nivel alto con 34,1%.

Tabla 18

Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Manejo del ambiente

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	29	22,5
Medio	44	34,1
Alto	56	43,4
Total	129	100,0

En la tabla 18 se observa que el 43,4% de la muestra presenta un nivel alto de manejo del ambiente seguido de un nivel medio con 34,1%.

Tabla 19

Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Sentido de vida

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	31	24,0
Medio	52	40,3
Alto	46	35,7
Total	129	100,0

En la tabla 19 se denota que el 40,3% de la muestra presenta un nivel medio de sentido de vida seguido de un nivel alto con 35,7%.

Tabla 20

Nivel de la dimensión de bienestar psicológico: Crecimiento personal

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	35	27,1
Medio	46	35,7
Alto	48	37,2
Total	129	100,0

En la tabla 20 se observa que el 37,2% de la muestra presenta un nivel alto de la dimensión crecimiento personal seguido de un nivel medio con 35,7%.

Tabla 21

Nivel de bienestar psicológico

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	38	29,5
Medio	48	37,2
Alto	43	33,3
Total	129	100,0

En la tabla 21 observamos que el 37,2% de la muestra presenta un nivel medio de bienestar psicológico total seguido de un nivel alto con 33,3%.

Tabla 22

Prueba de normalidad

Variable	Estadístico de prueba	P
Autoaceptación	,096	,005 ^c
Relaciones con otros	,112	,000 ^c
Autonomía	,101	,002 ^c
Manejo del ambiente	,132	,000 ^c
Sentido de vida	,088	,016 ^c
Crecimiento personal	,136	,000 ^c
Bienestar psicológico	,088	,016 ^c

Observamos en la tabla 22, la prueba de normalidad de K-S, para conocer la distribución de la muestra y así determinar si se emplean estadísticos paramétricos o no paramétricos. Se denota que en todas las dimensiones y en el puntaje total de bienestar psicológico, existe significancia menor a 0.05 ($p < .05$). Por lo tanto, se procede a emplear estadísticos no paramétricos debido a la distribución no normal de la muestra.

Tabla 23

Puntajes de bienestar psicológico según sexo

Variable	Femenino			Masculino		
	Media	D.E.	C.V.	Media	D.E.	C.V.
Autoaceptación	22.92	7.05	30.75	24.18	7.00	28.96
Relaciones con otros	21.50	6.14	28.58	21.55	7.94	36.83
Autonomía	18.70	5.78	30.92	18.34	6.17	33.66
Manejo del ambiente	20.81	5.55	26.67	21.42	5.58	26.06
Sentido de vida	34.20	5.76	16.85	32.63	6.75	20.68
Crecimiento personal	37.67	6.15	16.32	38.09	6.14	16.11
Bienestar psicológico	155.81	16.55	10.62	156.22	21.98	14.07

La tabla 23, nos muestra que las mujeres evidencian puntajes promedios más altos que los varones en autonomía y sentido de vida. Por otro lado, los varones obtuvieron puntaje mayor en autoaceptación, relaciones con otros, manejo del ambiente, crecimiento personal y en general de la variable bienestar psicológico. Con respecto a la dispersión de puntuaciones, los coeficientes de variación indican que ambos grupos se muestran con puntajes que tienen dispersiones aceptables; con excepción de la dimensión de relaciones con otros, los varones obtuvieron puntajes con dispersión elevada.

Tabla 24

Valores de “U” de Mann-Whitney para bienestar psicológico según sexo

Variable	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Autoaceptación	1944.5	-0.640	.522
Relaciones con otros	2063.5	-0.078	.938
Autonomía	1979.0	-0.477	.634
Manejo del ambiente	1984.5	-0.452	.651
Sentido de vida	1770.0	-1.463	.143
Crecimiento personal	1940.5	-0.660	.510
Bienestar psicológico	2054.0	-0.123	.902

En la tabla 24 se observa la transformación de la “U” de Mann-Whitney a puntuaciones “Z” y la comparación según sexo en las diferentes dimensiones y puntaje total del bienestar psicológico. Los datos indican que no existen diferencias significativas según sexo.

Tabla 25

Puntajes de bienestar psicológico según edad

Variable	16 a 20 años			21 a 25 años		
	Media	D.E.	C.V.	Media	D.E.	C.V.
Autoaceptación	23.46	7.09	30.21	24.05	6.88	28.60
Relaciones con otros	21.52	7.13	33.11	21.55	7.00	32.50
Autonomía	18.35	5.94	32.36	19.36	6.15	31.78
Manejo del ambiente	21.19	5.31	25.07	20.77	6.74	32.44
Sentido de vida	33.92	5.90	17.39	30.95	7.67	24.79
Crecimiento personal	37.92	6.33	16.70	37.73	5.12	13.57
Bienestar psicológico	156.35	19.93	12.75	154.41	16.93	10.96

En la tabla 25, observamos el promedio, desviación estándar, y coeficiente de la variable bienestar psicológico según edad. Los universitarios de 16 a 20 años de edad denotan promedios más altos en el manejo del ambiente, sentidos de vida, crecimiento personal y en el puntaje total de bienestar psicológico; mientras que los estudiantes de 21 a 25 años de edad obtuvieron puntajes más altos en autoaceptación, relaciones con otros y autonomía. Con respecto a la dispersión de las puntuaciones, los coeficientes de variación indican que ambos grupos se muestran con puntajes que tienen dispersiones aceptables; con excepción de la sub-escala de relaciones con otros, donde los de 16 a 20 años de edad obtuvieron puntajes con dispersión elevada.

Tabla 26

Valores de "U" de Mann-Whitney para bienestar psicológico según edad

Variable	U	Z	p
Autoaceptación	1143.0	-0.213	.831
Relaciones con otros	1173.5	-0.022	.982
Autonomía	1068.5	-0.681	.496
Manejo del ambiente	1044.0	-0.837	.403
Sentido de vida	931.5	-1.540	.124
Crecimiento personal	1092.5	-0.531	.595
Bienestar psicológico	1098.5	-0.492	.623

En la tabla 26, se observa la transformación de la U de Mann-Whitney a puntuación Z y los valores de probabilidad para las comparaciones según edad en las diferentes dimensiones y puntaje total de la variable. Los datos indican que no existen diferencias significativas en el bienestar psicológico según edad.

Tabla 27

Estadísticas descriptivas para la variable autoeficacia

Variable	Media	D.E	Coefficiente de variación
Autoeficacia	32.40	4.34	13.41

En la tabla 27, observamos los estadísticos descriptivos de la variable autoeficacia encontrándose un promedio de 32.40. Así mismo, la dispersión de la variable es aceptable, denotando que es homogénea en cuanto a la autoeficacia.

Tabla 28

Nivel de autoeficacia general

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	34	26,4
Medio	53	41,1
Alto	42	32,6
Total	129	100,0

Observamos en la tabla 28 que el 41,1% de la muestra presenta un nivel medio de autoeficacia general, y, por otro lado, el 32,6 % presenta un nivel alto.

Tabla 29

Prueba de normalidad

Variable	Estadístico de prueba	p
Autoeficacia	,078	,055

Observamos en la tabla 29, la prueba de normalidad de K-S, para conocer la distribución de la muestra y así determinar si se emplean estadísticos paramétricos o no paramétricos. Se denota que, en el puntaje total de autoeficacia, existe significancia mayor a 0.05 ($p > .05$). Por lo tanto, se procede a emplear estadísticos paramétricos.

Tabla 30

Puntajes de autoeficacia según sexo

Variable	Femenino			Masculino		
	Media	D.E.	C.V.	Media	D.E.	C.V.
Autoeficacia	31.98	4.786	14.96	32.82	3.852	11.74

La tabla 30, describe los promedios, desviaciones estándar y coeficientes de variación de la autoeficacia según sexo. Se observa que el sexo masculino presenta un puntaje promedio más alto que el sexo femenino. Con respecto a la dispersión de las puntuaciones, los coeficientes de variación indican que los dos grupos presentan puntajes que tienen dispersiones aceptables.

Tabla 31

Valor t de Student para autoeficacia según sexo

Variable	t	Z	p
Autoeficacia	-1,087	-0.638	0,279

En la tabla 31, observamos que los datos indican que no existen diferencias significativas según sexo ($p > .05$).

Tabla 32

Puntajes de autoeficacia según edad

Variable	16 a 20 años			21 a 25 años		
	Media	D.E.	C.V.	Media	D.E.	C.V.
Autoeficacia	32.00	4.282	13.38	34.36	4.192	12.20

Se observa en la tabla 32 que los universitarios de 21 a 25 años presentan un puntaje promedio más alto en autoeficacia en comparación a los estudiantes de 16 a 20 años. Con respecto a la dispersión de las puntuaciones, los coeficientes de variación indican que ambos grupos se muestran con puntajes que tienen dispersiones aceptables.

Tabla 33

Valor t de Student para autoeficacia según edad

Variable	T	Z	p
Autoeficacia	-2,366	-2.144	,019

En la tabla 33, observamos que si existen diferencias significativas según edad ($p < .05$), los alumnos de 21 a 25 años de edad presentan significativamente mayor autoeficacia.

4.2 Contrastación de hipótesis

Tabla 34

Correlación entre bienestar psicológico y autoeficacia

Bienestar psicológico	Autoeficacia	
	<i>rho</i>	<i>p</i>
Autoaceptación	-.298**	.001
Relaciones con otros	-.124	.162
Autonomía	-.100	.261
Manejo del ambiente	-.154	.082
Sentido de vida	.148	.095
Crecimiento personal	.250**	.004
Bienestar psicológico	-.143	.105

En la tabla 34 se observa que la autoeficacia se relaciona de manera inversa y muy significativa ($p < .01$) con la dimensión aceptación; es decir, a mayor autoeficacia existirá menor autoaceptación. Por otro lado, la autoeficacia se relaciona directa y muy significativa ($p < .01$) con el crecimiento personal; es decir, a mayor autoeficacia mayor crecimiento personal. Sin embargo, el bienestar psicológico general no se relaciona con la autoeficacia.

CAPÍTULO V
DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES

5.1 Discusión

Para la discusión de los resultados, se toma cuenta las hipótesis del estudio, empezando por las correlaciones y finalizando con las diferencias de grupos específicos.

En cuanto al bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima, se rechazó la hipótesis de relación entre ambas variables. Los análisis entre los puntajes totales de bienestar psicológico y autoeficacia, no se relacionaron significativamente.

Este resultado no coincide con los hallazgos de González, Valle, Freire y Ferradás (2012), cuyos 244 estudiantes desde los 18 a 38 años, reportaron una relación significativa entre la autoeficacia y el bienestar psicológico. Así también, no se hallan coincidencias con los resultados hallados por Chávez (2016), con sus 142 estudiantes de psicología del primero al quinto ciclo, reportando una relación directa significativa entre el bienestar psicológico y la autoeficacia, es decir a mayor bienestar psicológico también lo será la autoeficacia. Asimismo, no coincide con lo investigado por Carranza, Hernández y Alhuay (2017) en 210 universitarios de la carrera de psicología, obteniendo como resultado entre bienestar psicológico y rendimiento académico una relación directa y altamente significativa, refiriendo que al mostrar óptimamente bienestar psicológico mejor sería el rendimiento académico.

Este resultado podría explicarse debido a que los datos indicaron que la unidad de investigación presentó un nivel bajo de autoeficacia; mientras que el bienestar psicológico presentó nivel promedio. Estos resultados invitarían a pensar, que además de la percepción de la autoeficacia, existen otras variables que pueden estar generando un mayor impacto en el bienestar psicológico.

Del mismo modo, en cuanto al análisis de la existencia de relaciones significativas entre las dimensiones del bienestar psicológico y la autoeficacia, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima, se determinó que fue probada parcialmente. Ello debido a que sólo se halló dos correlaciones significativas: la autoeficacia se relacionó de manera inversa y significativa con la aceptación y, la autoeficacia se relacionó de manera directa y significativa con el crecimiento personal.

Estos hallazgos coinciden de forma parcial con el estudio de González, Valle, Freire y Ferradás (2012) donde obtuvieron una relación significativa entre la autoeficacia percibida y las seis dimensiones que integran el bienestar psicológico (autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal) todo ello en 244 universitarios. Asimismo, coincide con lo hallado por Correa, Cuevas y Villaseñor (2016), con sus 230 estudiantes de educación superior, donde las sub-escalas de relaciones positivas y planes a futuro fueron mayor en estudiantes con alto rendimiento.

Así mismo la autoeficacia y la dimensión aceptación del bienestar psicológico evidenciaron una correlación inversa, esto podría explicarse debido a que los universitarios recién ingresados se muestran más introvertidos y deben desenvolverse de manera intuitiva en un ambiente nuevo para ellos. Al respecto, Páramo, Straneiro, García, Torrecilla y Escalante (2012) sostienen que la introversión y la intuición se relacionan significativamente y de manera negativa con la dimensión aceptación del bienestar psicológico.

Del mismo modo, el estudiante al iniciar su etapa universitaria se siente desorientado y tiene dudas acerca de sus capacidades, lo cual limita su aceptación; esta duda que posee el estudiante sobre capacidad de procesar el aprendizaje conllevará a una autoeficacia pobre y lo más probable es que no desee afrontar sucesos en la cual intervenga dicha capacidad (Grimaldo, 2005),

lo cual explicaría el hecho de haber encontrado una relación inversa entre la autoeficacia y la aceptación.

Entre la autoeficacia y el crecimiento personal observamos relación directa, esta se explicaría debido a que cada logro académico obtenido por el estudiante, al momento de iniciar su vida universitaria, implicará el fortalecimiento de su crecimiento personal, que a su vez también incrementará su autoeficacia percibida (Ornelas, Blanco, Gastélum y Chávez, 2013). Del mismo modo, sus logros académicos, reforzarán el sentido positivo de la vida, la satisfacción con la vida y la realización personal, lo cual guarda relación con la autoeficacia (Rosales, 2017).

Esta relación entre autoeficacia y la dimensión crecimiento personal, también podría explicarse debido a que, dentro del funcionamiento positivo, el bienestar psicológico constituye un indicador, para el desarrollo de las capacidades del sujeto, como la autoeficacia y por ende su crecimiento personal (Montero y Fernández, 2012; Freire, 2014). El crecimiento personal guarda cercanía con la autorrealización, que influye en que las personas puedan desarrollar su propio potencial, buscando nuevas experiencias y mejoras (Ryff, 1995 citado por Condori 2013), de este modo también se promovería el desarrollo de la autoeficacia como parte del potencial del individuo.

En torno al bienestar psicológico según las variables sociodemográficas sexo y edad, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima, no se halló evidencia de diferencias estadísticas. Las que se obtuvieron fueron mínimas entre ambos sexos, en las dimensiones de bienestar psicológico, éstas no fueron significativas. Al comparar el bienestar psicológico según edad, se halló el mismo resultado que con la variable sexo.

Estos hallazgos no coincidieron con los resultados de Sandoval, Dörner y Veliz (2017), con sus 190 estudiantes de salud de ambos sexos, hallaron que

el sexo femenino presento mayor media en relaciones positivas, dominio del entorno y crecimiento personal, por otro lado, prevaleció la autonomía en el sexo masculino. Asimismo, no coincide con lo hallado por García-Andaleta (2014), con sus 180 estudiantes universitarios de España (42 hombres, 23.3%; 138 mujeres, 76.7%) con edades que oscilaron desde los 18 a 55 años, donde se determinó diferencias en cuanto al bienestar psicológico según la edad, señalando que a mayor edad existía mayor bienestar psicológico; y tampoco coincidieron con los hallazgos de Veliz (2012) quien reportó que el sexo masculino presenta mayor autonomía y el sexo femenino mayor control del entorno, correspondiendo a dimensiones del bienestar psicológico.

El ingreso e inicio de la vida universitaria, es considerado como uno de los sucesos más impactantes en la vida del ser humano, Bordignon (2005) lo llama intimidad/confusión de roles, el adolescente al término de su secundaria enfrenta una decisión crucial en su vida, evaluando como se visualizará a sí mismo en el futuro, a esto se suma, reunir las capacidades necesarias para continuar con su proceso de madurez y la nueva etapa que experimentará. Es por ello que, en el transcurso del primer año de la universidad, las redes de soporte ayudaran mucho al estudiante universitario en su transición del colegio a la universidad (Smith y Renk, 2007). Pero cuando el individuo presenta déficits en cuanto a sus capacidades, probablemente tendrá algunas dificultades en el proceso académico, llegando a generarle malestar, viéndose directamente afectado su crecimiento personal, dentro de esto influyen algunas variables externas: apoyo de los padres, comunicación asertiva y empática, adecuados hábitos de estudio, consejería académica, talleres para desarrollar el bienestar psicológico, entre otras.

Dentro de los resultados encontrados en cuanto a la variable sexo y edad, podemos comprender que los estudiantes de primer ciclo, aún están en el proceso de fortalecer sus capacidades, a su vez están todavía en el proceso de encontrar como mostrarse frente a su nuevo grupo social y entorno,

estableciendo metas y aspiraciones, tomando en cuenta que no es necesario que el individuo tiene que poseer todas las capacidades, sino que algunas evolucionan a un ritmo distinto que otros, cobrando mayor importancia según en la etapa que se encuentre y en base a sus experiencias pasadas (Rosa y Quiñones, 2012).

Además, la hipótesis acerca de la autoeficacia según las variables sociodemográficas sexo y edad, en la muestra estudiada, evidenció diferencias significativas en cuanto a la edad. Señalando que los estudiantes con mayor edad presentaban mayor autoeficacia. Estos resultados coinciden con el hallazgo de Veliz (2012) y los de Rosales (2017) quienes reportaron que la autoeficacia no se diferenciaba entre ambos sexos. Por otro lado, con respecto a las diferencias significativas en la autoeficacia según edad, no coinciden con lo reportado por Rosales (2017) no halló evidencia en cuanto a la diferencia según edad.

Finalmente, cabe señalar que una limitación del estudio, la constituyó el hecho que la muestra estaba conformada por estudiantes de primer ciclo que pertenecía a diferentes carreras universitarias, las cuales imponen diferentes exigencias académicas de acuerdo a su naturaleza. El contar con acceso a la población fue el factor determinante para el presente estudio. Ello podría afectar los requerimientos de autoeficacia en los estudiantes y por consiguiente también su percepción de bienestar psicológico.

5.2. Conclusiones

1. No existe relación significativa entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.
2. No existen diferencias significativas en el bienestar psicológico según las variables sociodemográficas sexo y edad en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.
3. No existen diferencias significativas en la autoeficacia según sexo en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.
4. Existen diferencias significativas en la autoeficacia según edad en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima.
5. Existe relación significativa entre algunas de las dimensiones del bienestar psicológico y la autoeficacia, en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima. Existe relación inversa entre autoeficacia y autoaceptación y existe relación directa entre autoeficacia y crecimiento personal.

5.3 Recomendaciones

1. Ejecutar otros estudios en población universitaria de Lima Metropolitana, para analizar la relación de autoeficacia y bienestar psicológico.

2. Revisar el instrumento de autoeficacia general, con la finalidad de poder incrementar el número de ítems para medir esta variable y realizar las pruebas correspondientes para que sea válido y confiable.
3. Realizar un análisis factorial con el instrumento de bienestar psicológico, con la finalidad de poder reducir la cantidad de ítems y conseguir un instrumento abreviado, que cumpla los estándares y valores para ser usado en el contexto científico.
4. Emplear un análisis desde la tipología correlacional-causal para autoeficacia y bienestar psicológico.
5. Impulsar el desarrollo de acciones para la obtención de una óptima autoeficacia y bienestar psicológico en los estudiantes durante la carrera universitaria.
6. Proponer programas de inducción al ámbito académico universitario a raíz de los hallazgos de este estudio en conglomeración con otros, que promuevan competencias para una adecuada adaptación del estudiante que inicia su formación profesional.

REFERENCIAS

Acuña, G., Angulo, N., Casaccia, E. y Espinoza, D. (2013). Relación entre autoeficacia y frecuencia de actividad física en estudiantes de psicología. *Eureka*, 10(2), 204-215.

Alegre, A. (2014). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima. *Propósitos y Representaciones*, 1(2), 57-82.

Álvarez, M. (2016). *Autoeficacia y asertividad en adolescentes que practican y no practican danzas folklóricas en Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima, Perú.

Blanco, H., Ornelas, M., Aguirre, J. y Guedea, J. (2012). Autoeficacia percibida en conductas académicas: diferencias entre hombres y mujeres. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 17(53). Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1405-66662012000200011&script=sci_arttext

Bordignon, N. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de investigación*, 2(2), 50-63. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>

Carranza, R., Hernández, R. y Alhuay, J. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de Psicología. *Revista Internacional en Ciencias Sociales*, 13 (2), 21-30.

Campos, L. (2009). Los estilos de vida y los valores interpersonales según la personalidad en jóvenes del Departamento de Huánuco. *Revista de Investigación en Psicología*, 12(2), 89-100.

Chávez, E. (2016). *Bienestar Psicológico y Autoeficacia en Estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Unión Filial Juliaca* (Tesis

de pregrado). Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/531/Ester_Tesis_bachiller_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y Chow, H. (2010). Predicción de éxito académico y bienestar psicológico en una muestra de estudiantes universitarios canadienses. *Journal of Research in Educational Psychology*, 8(2), 473-496.

Condori, L. (2013). *Relación de autoeficacia ante el estrés, personalidad, percepción del bienestar psicológico y de salud con el rendimiento académico en universitarios* (Tesis de pregrado). Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/3291/Condori_il%282%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Contreras, F., Espinosa, J., Esguerra, G., Haikal, A., Polanía, A. y Rodríguez, A. (2005). Autoeficacia, ansiedad y rendimiento académico en adolescentes. *Perspectivas en Psicología*, 1(2), 183-194.

Correa, A., Cuevas, M. y Villaseñor, M. (2016). Bienestar psicológico, metas y rendimiento académico. *Revista Especializada en Ciencias de la Salud* 19(1), 29-34.

Cubas, M. (2003). *Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios* (Tesis de pregrado). Universidad de Lima, Lima, Perú.

Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I. y Valle, C. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.

Freire, C. (2014). *El bienestar psicológico en los estudiantes universitarios: operativización del constructo y análisis de su relación con las estrategias de afrontamiento* (Tesis doctoral). Recuperado de

https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/13815/FreireRodriguez_Carlos_TD_2014.pdf?sequence=6&isAllowed=y

García-Andaleta, J. (2014). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *Salud y Sociedad, 4*(1), 48-58.

González, R., Valle, A., Freire, C. y Ferradás, M. (2012). Relaciones entre la autoeficacia percibida y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Mexicana de Psicología, 29*(1), 40-48.

Grimaldo, M. (2005). Propiedades psicométricas de la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer. *Revista Cultura, 19*, 213-230.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw Hill.

Montero, D. y Fernández, L. (2012). *Calidad de vida, inclusión social y procesos de intervención*. Bilbao, España: Deusto digital.

Ornelas, M., Blanco, H., Gastélum, G. y Chávez, A. (2013). Autoeficacia percibida en la conducta académica de estudiantes universitarias. *Formación Universitaria, 5*(2), 17-26.

Ortiz, J. y Castro, M. (2009). *Bienestar psicológico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y la autoeficacia* (Tesis de maestría). Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cienf/v15n1/art04.pdf>

Páramo, M., Straneiro, C., García, C., Torrecilla, N. y Escalante, E. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico, 10*(1), 7-21.

Pardo, P. (2010). *Bienestar psicológico y ansiedad rasgo-estado en alumnos de un MBA de Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado). Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.

Pérez, M., Ponce, A., Hernández, J. y Márquez, B.A. (2010). Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la región Altos Norte de Jalisco. *Revista de Educación y Desarrollo*, 14(3), 31-37.

Reyes, M. y Gutiérrez, J. (2015). Sentido de autoeficacia en investigación de estudiantes de posgrado. *Sinéctica*, 45, 1-15. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-109X2015000200011&lng=es&tlng=es.

Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.

Rosales, A. (2017). *Autoeficacia y felicidad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Sur* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.

Rosa-Rodríguez, Y., Negrón, N., Maldonado-Peña, Y., Toledo, N. y Quiñones, A. (2014). Dimensiones del bienestar psicológico y su relación con el apoyo social percibido en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana* 5(1), 7-17. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/267926455_Dimensiones_del_bienestar_psicologico_y_su_relacion_con_el_apoyo_social_percibido_en_estudiantes_universitarios

Sandoval, S., Dorner, A. y Veliz, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carrera de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 260-266.

San Juan, P. (2000). Escala de Autoeficacia General: Datos psicométricos de la adaptación para la población española. *Psicotema*, 12(2), 509-513.

Seligman, M. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. En: Lopez y Snyder, (Ed), *Handbook of positive psychology* (pp.3 -9). New York: Oxford University Press.

Schultz, D. (2010). *Teorías de la personalidad*. México, D.F.: Cengage Learning Editores.

Smith, W. y Renk, K. (2007). Predictores de estrés académico en estudiantes universitarios: un examen de afrontamiento, apoyo social, paternidad y ansiedad. *Asociación Nacional de Administradores de Personal Estudiantil*, 44(3), 405-431.

Tueros, R. (2012). *Los valores interpersonales y su relación con los estilos atributivos en estudiantes de quinto grado de secundaria* (Tesis doctoral). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya, R., Dioses, A., Araki, R. y Reynoso, D. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos. *Revista de Investigación en Psicología*, 11(2), 139-152.

Veliz, A. (2012). *Autoconcepto, autoeficacia académica y bienestar psicológico* (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/salsoc/v3n2/v3n2a02.pdf>

Woolfolk, A. (2010). *Psicología educativa* (11a. edición). México: Pearson Educación.

ANEXOS

ANEXO 1

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

<p>Para cada pregunta, por favor encierra en un círculo la opción que mejor describa <u>tu parecer</u>:</p> <p>TDes: Totalmente en Desacuerdo</p> <p>Des: Desacuerdo</p> <p>Des: Ligeramente en Desacuerdo</p> <p>LAc: Ligeramente de Acuerdo</p> <p>Ac: De Acuerdo</p> <p>TAc: Totalmente de Acuerdo</p>					
1. La mayoría de personas me ven como alguien afectuoso.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
2. A veces cambio la forma en que actúo o pienso para parecerme más a los que me rodean.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
3. En general, siento que estoy a cargo de mi vida.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
4. No estoy interesado/a en actividades que vayan a expandir mis horizontes.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
5. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
6. Cuando pienso en la historia de mi vida, me agrada cómo han resultado las cosas.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
7. Mantener relaciones cercanas con otros ha sido algo difícil y frustrante para mí.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
8. No tengo miedo de dar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
9. Las exigencias de la vida diaria con frecuencia me desalientan.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
10. En general, siento que a medida que pasa el tiempo, continúo aprendiendo más sobre mí mismo.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
11. Vivo la vida día a día y en realidad no pienso sobre el futuro.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
12. En general, me siento confiado/a y optimista sobre mí mismo.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
13. Con frecuencia me siento solo/a porque tengo pocos amigos cercanos con los que puedo compartir mis preocupaciones.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
14. En mis decisiones no influyen lo que los demás están haciendo.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
15. No encajo muy bien con la comunidad y las personas que me rodean.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		

Para cada pregunta, por favor encierra en un círculo la opción que mejor describa tu parecer:

TDes: Totalmente en Desacuerdo

Des: Desacuerdo

Des: Ligeramente en Desacuerdo

LAc: Ligeramente de Acuerdo

Ac: De Acuerdo

TAc: Totalmente de Acuerdo

16. Soy el tipo de persona que le gusta probar cosas nuevas.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
17. Tiendo a centrarme en el presente, porque el futuro casi siempre me trae problemas.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
18. Siento que la mayoría de personas que conozco han obtenido más cosas de la vida que yo.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
19. Disfruto las conversaciones con los miembros de mi familia y mis amigos.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
20. Me preocupa lo que los otros piensen de mí.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
21. Soy bastante bueno/a en manejar las diversas responsabilidades de mi vida cotidiana.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
22. No quiero intentar nuevas maneras de hacer las cosas – mi vida está bien así.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
23. Tengo un sentido de dirección y propósito en mi vida.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
24. Si tuviera la oportunidad, cambiaría muchas cosas sobre mí.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
25. Es importante para mí el escuchar los problemas de mis amigos cercanos.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
26. El sentirme contento conmigo mismo es más importante para mí que tener la aprobación de los demás.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
27. Con frecuencia me siento abrumado por mis responsabilidades.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
28. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen la manera como piensas sobre ti mismo y el mundo.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
29. Mis actividades diarias frecuentemente me parecen triviales y poco importantes.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
30. Me gustan la mayoría de aspectos de mi personalidad.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
31. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
32. Tiendo a dejarme influir por personas con opiniones sólidas.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		

Para cada pregunta, por favor encierra en un círculo la opción que mejor describa tu parecer:

TDes: Totalmente en Desacuerdo

Des: Desacuerdo

Des: Ligeramente en Desacuerdo

LAc: Ligeramente de Acuerdo

Ac: De Acuerdo

TAc: Totalmente de Acuerdo

33. Si me sintiera infeliz con mi vida, tomaría los pasos necesarios para cambiarla.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
34. Cuando reflexiono, pienso que no he mejorado mucho como persona a lo largo de los años.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
35. No estoy seguro/a de lo que estoy tratando de conseguir en mi vida.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
36. He cometido algunos errores en el pasado, pero siento que finalmente todo ello ha contribuido al mejor resultado.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
37. Siento que recibo mucho de mis amistades.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
38. Las personas pocas veces me piden hacer cosas que no quiero hacer.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
39. Generalmente manejo bien mis finanzas y asuntos personales.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
40. Creo que la gente de cualquier edad puede continuar creciendo y desarrollándose.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
41. Antes yo me proponía una serie de metas, pero ahora eso me parece una pérdida de tiempo.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
42. Me siento desilusionado, de muchas maneras, por los logros de mi vida.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
43. Me parece que la mayoría de las personas tienen más amigos que yo.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
44. Es más importante para mí "encajar" en situaciones sociales, que el mantenerme solo/a en mis principios.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
45. Encuentro estresante el no poder estar al día con todas las cosas que tengo que hacer.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
46. Con el tiempo, he ganado mucho de conocimiento sobre la vida, y eso me ha hecho más fuerte y capaz.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
47. Disfruto haciendo planes para el futuro y haciendo lo necesario para volverlos realidad.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
48. En gran parte, estoy orgulloso/a de quien soy y de la vida que llevo.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
49. Se me podría describir como una persona generosa, que está dispuesta a compartir su tiempo con otros.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		

Para cada pregunta, por favor encierra en un círculo la opción que mejor describa tu parecer:

TDes: Totalmente en Desacuerdo

Des: Desacuerdo

Des: Ligeramente en Desacuerdo

LAc: Ligeramente de Acuerdo

Ac: De Acuerdo

TAc: Totalmente de Acuerdo

50. Tengo confianza en mis opiniones, incluso cuando éstas son contrarias al consenso general.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
51. Soy bueno/a distribuyendo mi tiempo de tal manera que pueda hacer todo lo que se necesita hacer.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
52. Siento que he desarrollado mucho como persona a lo largo del tiempo.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
53. Soy una persona activa en llevar a cabo los planes que he establecido para mí.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
54. Envidio a muchas personas por la vida que llevan.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
55. No he experimentado muchas relaciones cálidas y confiables con otros.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
56. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos controversiales.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
57. Mi vida diaria es ocupada, pero me siento satisfecho/a de mantenerme al día con mis cosas.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
58. No me agrada estar en situaciones nuevas que requieren cambiar mi forma usual de hacer las cosas.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
59. Algunas personas van por la vida improvisadamente, pero yo no soy una de ellas.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
60. La actitud que tengo sobre mí mismo no es tan buena como la que tienen los demás sobre sí mismos.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
61. Cuando de amistades se trata, con frecuencia siento como si estuviera excluido/a.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
62. Con frecuencia cambio mis decisiones si mi familia o amigos están en desacuerdo.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
63. Me frustró cuando trato de planear mis actividades diarias porque nunca cumplo con las cosas que me propuse hacer.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
64. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje, cambio y crecimiento.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		
65. A veces siento que he hecho todo lo que hay que hacer en la vida.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			TAc		

Para cada pregunta, por favor encierra en un círculo la opción que mejor describa tu parecer:

TDes: Totalmente en Desacuerdo

Des: Desacuerdo

Des: Ligeramente en Desacuerdo

LAc: Ligeramente de Acuerdo

Ac: De Acuerdo

TAc: Totalmente de Acuerdo

66. Muchas veces despierto sintiéndome desalentado/a respecto a cómo he vivido mi vida.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
67. Sé que puedo confiar en mis amigos y que ellos saben que pueden confiar en mí.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
68. No soy del tipo de persona que se rinde ante las presiones sociales para actuar o pensar de cierta manera.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
69. Mis esfuerzos para encontrar los tipos de actividades y relaciones que necesito, han sido muy exitosos.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
70. Me gusta observar que mi manera de mirar las cosas ha cambiado y madurado a lo largo de los años.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
71. Mis objetivos en la vida han sido una fuente más de satisfacción que de frustración.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
72. El pasado ha tenido sus altas y bajas, pero en general, no me gustaría cambiarlo.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
73. Encuentro realmente difícil abrirme cuando hablo con otras personas.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
74. Me preocupa cómo otras personas evalúan las decisiones que he tomado en mi vida.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
75. Tengo dificultades en organizar mi vida de manera que me resulte satisfactoria.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
76. Hace tiempo que me he rendido de intentar hacer mejoras o cambios en mi vida	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
77. Encuentro satisfactorio pensar sobre lo que he logrado en mi vida.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
78. Cuando me comparo con mis amigos y conocidos, me siento bien acerca de quién soy.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
79. Mis amigos y yo nos comprendemos en nuestros problemas.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
80. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, y no por lo que otros valoran como importante.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
81. He sido capaz de construirme un espacio personal y un estilo de vida que van con mi forma de ser.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		
82. El dicho: "No le puedes enseñar trucos nuevos a un perro viejo", es cierto.	TDes	Des	LDes	LAc	Ac
			Tac		

Para cada pregunta, por favor encierra en un círculo la opción que mejor describa tu parecer:

TDes: Totalmente en Desacuerdo

Des: Desacuerdo

Des: Ligeramente en Desacuerdo

LAc: Ligeramente de Acuerdo

Ac: De Acuerdo

TAc: Totalmente de Acuerdo

83. Haciendo un análisis final, no creo que mi vida aporte mucho.	TDes Des LDes LAc Ac Tac
84. Todas las personas tienen sus debilidades, pero parece que yo tengo más de lo que me corresponde.	TDes Des LDes LAc Ac Tac

ANEXO 2

ESCALA DE AUTOEFICACIA GENERAL

Lee cada una de ellas, y marca la alternativa que consideres conveniente para cada paso. No hay respuestas correctas o incorrectas. Usa la siguiente escala para responder a todas las afirmaciones:

1	2	3	4
Incorrecto	Apenas cierto	Más bien cierto	Cierto

MARCA TODAS LAS AFIRMACIONES

	1	2	3	4
1. Puedo encontrar la manera de obtener lo quiero, aunque alguien se me oponga.				
2. Puedo resolver problemas difíciles, si me esfuerzo lo suficiente.				
3. Me es fácil persistir en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar mis metas.				
4. Tengo confianza en que podría manejar eficazmente acontecimientos inesperados.				
5. Gracias a mis cualidades y recursos, puedo superar situaciones imprevistas.				
6. Cuando me encuentro en dificultades puedo permanecer tranquilo(a) porque cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles.				
7. Venga lo que venga, por lo general soy capaz de manejarlo.				
8. Puedo resolver la mayoría de los problemas si me esfuerzo lo necesario.				
9. Si me encuentro en una situación difícil, generalmente se me ocurre qué debo hacer.				
10. Al tener que hacer frente a un problema, generalmente se me ocurren varias alternativas de cómo resolverlo				

ANEXO 3

Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes. La presente investigación se realiza para la tesis de Licenciatura de Julio Cesar Lloclla Huarcaya. La meta de este estudio es indagar sobre la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá completar dos cuestionarios que tomará aproximadamente 30 minutos de su tiempo. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas a los cuestionarios serán codificadas y, por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este estudio, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en el o escribir al correo: julio3186@gmail.com. Igualmente, puede retirarse en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, para la tesis de Licenciatura de Julio Cesar Lloclla Huarcaya. He sido informado (a) de que la meta de este estudio es indagar sobre la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia.

Me han indicado también que tendré que responder dos cuestionarios, lo cual tomará aproximadamente 30 minutos. Reconozco que la información que yo provea en esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo

hacer preguntas en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada

Nombre del Participante

Fecha

(en letras de imprenta)

Firma del Participante