



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

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

TESIS

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOEFICACIA EN ESTUDIANTES DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA DEL CERCADO DE LIMA

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

AUTORA

KATHERINE SHIRLEY GUERRERO DÍAZ
ORCID: 0000-0001-9718-4843

ASESOR

MAG. DIEGO ISMAEL VALENCIA PECHO
ORCID: 0000-0002-7614-0814

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

ASPECTOS PSICOLÓGICOS VINCULADOS A LA ACTIVIDAD EDUCATIVA

LIMA, PERÚ, OCTUBRE DE 2021

DEDICATORIA

Con todo cariño a mis padres, por ser un ejemplo de esfuerzo y superación, fuente inagotable de virtudes y buenos valores, han guiado mi vida por el mejor camino y me brindaron su apoyo en cada momento. A mis hermanos, por darme confianza cuando tenía dudas y ánimos cuando lo necesitaba.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco la predisposición de mi asesor Mag. Diego Ismael Valencia Pecho, quien fue mi guía en este proceso de investigación. Muchas gracias.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
RESUMEN	6
ABSTRACT	7
RESUMO	8
INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Realidad problemática.....	12
1.2. Justificación e importancia de la investigación	16
1.3. Objetivos de la investigación	17
1.4. Limitaciones de la investigación	18
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de estudio.....	20
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado	25
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada	46
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Tipo y diseño de la investigación.....	48
3.2. Población y muestra.....	48
3.3. Hipótesis	49
3.4. Variables - Operacionalización.....	50
3.5. Métodos y técnicas de investigación	51
3.6. Procesamiento y análisis de datos	54
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	
4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable	57
4.2. Contrastación de hipótesis	61
CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Discusiones.....	65
5.2. Conclusiones.....	71
5.3. Recomendaciones.....	72
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

- Tabla 1 Frecuencia y porcentaje de los estudiantes por ciclo académico
- Tabla 2 Matriz de operacionalización de la variable bienestar psicológico
- Tabla 3 Matriz de operacionalización de la variable autoeficacia
- Tabla 4 Prueba de normalidad de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones
- Tabla 5 Prueba de normalidad de la variable autoeficacia (unidimensional)
- Tabla 6 Medidas descriptivas de la variable bienestar psicológico y dimensiones
- Tabla 7 Frecuencia y porcentaje de los niveles del bienestar psicológico
- Tabla 8 Frecuencia y porcentaje de los niveles de la dimensión aceptación/control del bienestar psicológico
- Tabla 9 Frecuencia y porcentaje de los niveles de la dimensión autonomía del bienestar psicológico
- Tabla 10 Frecuencia y porcentaje de los niveles de la dimensión vínculos del bienestar psicológico
- Tabla 11 Frecuencia y porcentaje de los niveles de la dimensión proyectos del bienestar psicológico
- Tabla 12 Medidas descriptivas de la variable autoeficacia
- Tabla 13 Frecuencia y porcentaje de los niveles de la variable autoeficacia - unidimensional
- Tabla 14 Medida de correlación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia
- Tabla 15 Medida de correlación entre aceptación/control y la autoeficacia
- Tabla 16 Medida de correlación entre autonomía y la autoeficacia
- Tabla 17 Medida de correlación entre vínculos y la autoeficacia
- Tabla 18 Medida de correlación entre proyectos y la autoeficacia

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOEFICACIA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DEL CERCAO DE LIMA

KATHERINE SHIRLEY GUERRERO DÍAZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

La presente investigación, tuvo como objetivo establecer la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima. La metodología aplicada fue de diseño no experimental y de tipo correlativo. La población estuvo compuesta por 458 estudiantes de VIII, IX y X ciclo incluyendo ambos sexos y la muestra utilizada fue de 210 estudiantes; se emplearon los instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS – A) de Casullo para medir el bienestar psicológico y la Escala de Autoeficacia General de Baesslet y Schwarzer para medir la autoeficacia. Los resultados mostraron que existe una correlación muy significativa, de tipo positiva y de intensidad alta entre el bienestar psicológico y la autoeficacia ($p = .000$; $\rho = .628$), lo cual revela que a mayor bienestar psicológico mayor autoeficacia. En cuanto a los resultados de las dimensiones del bienestar psicológico y la autoeficacia, existe una correlación de tipo positiva y de intensidad moderada en la aceptación/control ($\rho = .438$), una correlación de tipo positiva y de intensidad baja en la autonomía ($\rho = .333$), una correlación de tipo positiva y de intensidad baja en los vínculos psicosociales ($\rho = .395$), y una correlación de tipo positiva y de intensidad moderada en los proyectos ($\rho = .484$) en la muestra seleccionada.

Palabras clave: bienestar psicológico, autoeficacia, universitarios.

**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND SELF-EFFECTIVENESS IN STUDENTS
OF A PRIVATE UNIVERSITY IN THE CERCAO OF LIMA**

KATHERINE SHIRLEY GUERRERO DÍAZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The objective of this research was to establish the relationship between psychological well-being and self-efficacy in students of a private university in Cercado de Lima. The methodology applied was a non-experimental and correlational design. The population consisted of 458 students of VIII, IX and X cycle including both sexes and the sample used was 210 students; the following instruments were used: Psychological Well-Being Scale (BIEPS - A) by Casullo to measure psychological well-being and the General Self-Efficacy Scale by Baesslet and Schwarzer to measure self-efficacy. The results showed that there is a highly significant, positive and high intensity correlation between psychological well-being and self-efficacy ($p = .000$; $\rho = .628$), which reveals that the higher the psychological well-being, the higher the self-efficacy. Regarding the results of the dimensions of psychological well-being and self-efficacy, there is a positive and moderate intensity correlation in acceptance/control ($\rho = .438$), a positive and low intensity correlation in autonomy ($\rho = .333$), a positive and low intensity correlation in psychosocial bonds ($\rho = .395$), and a positive correlation of moderate intensity in the projects ($\rho = .388$) in the selected sample.

Keywords: psychological well-being, self-efficacy, university students.

BEM-ESTAR PSICOLÓGICO E AUTOEFICIÊNCIA EM ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE PRIVADA NO CERCADO DE LIMA

KATHERINE SHIRLEY GUERRERO DÍAZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

O objectivo desta investigação era estabelecer a relação entre o bem-estar psicológico e a auto-eficácia dos estudantes de uma universidade privada no Cercado de Lima. A metodologia aplicada foi uma concepção não experimental e correlacional. A população consistia em 458 estudantes dos ciclos VIII, IX e X, incluindo ambos os sexos, e a amostra utilizada era de 210 estudantes; os instrumentos utilizados eram os seguintes: Escala de Bem-Estar Psicológico (BIEPS - A) da Casullo para medir o bem-estar psicológico e a Escala Geral de Auto-Eficácia da Baesslet e Schwarzer para medir a auto-eficácia. Os resultados mostraram que existe uma correlação altamente significativa, positiva e de alta intensidade entre o bem-estar psicológico e a auto-eficácia ($p = .000$; $\rho = .628$), o que revela que quanto maior for o bem-estar psicológico, maior será a auto-eficácia. Relativamente aos resultados das dimensões de bem-estar psicológico e auto-eficácia, existe uma correlação positiva e moderada de intensidade na aceitação/controlo ($\rho = .438$), uma correlação positiva e de baixa intensidade na autonomia ($\rho = .333$), uma correlação positiva e de baixa intensidade nas ligações psicossociais ($\rho = .395$), e uma correlação positiva de intensidade moderada nos projetos ($\rho = .388$) na amostra seleccionada.

Palavras-chave: bem-estar psicológico, autoeficácia, estudantes universitários.

INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico, ha sido estudiado en estas últimas décadas a nivel internacional y nacional. La teorización sobre esta variable es diversa, acuñándole diferentes términos como bienestar subjetivo, felicidad y satisfacción vital. El primer referente fue determinado por Bradburn en el año 1969, donde operacionalizó el bienestar como aquellos afectos positivos y negativos (Rodríguez y Goñi-Grandmontagne, 2011). Es decir, lo considera una fusión de sentimientos, humor, reacciones emocionales del sujeto a distintos sucesos agradables y desagradables de su cotidianidad (Páramo et al., 2012). Para otros autores como Casullo y Castro (2002) consideran el concepto como un constructo multidimensional en el que abarcan aspectos emocionales y cognitivos y también involucran distintos contextos en donde se desenvuelve el individuo.

En cuanto a este estudio, se optó por la perspectiva sobre el bienestar psicológico formulado por Carol Ryff, debido a que invita a entender de forma completa los diversos aspectos en los que un individuo puede potencializar sus capacidades a pesar de las vicisitudes que se encuentre en la vida (Casullo y Castro, 2002). En el modelo multidimensional del bienestar psicológico elaborado por Ryff, desglosa seis dimensiones. Entre ellas se encuentran la auto-aceptación, el crecimiento personal, el propósito en la vida, las relaciones positivas con otros, dominio ambiental y la autonomía (Keyes, 2005).

La evaluación de estas dimensiones, puede mostrar variaciones dependiendo del ciclo vital del individuo, puesto que en cada etapa se presentan distintos tipos de estresores y adaptación (Shaffer y Kipp, 2014).

Ante lo mencionado, se encuentra útil poder comprender como el bienestar psicológico se relaciona con la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada.

Para lograr los objetivos del presente estudio, se tuvo que estructurar de la siguiente manera:

Capítulo I: Se expone el planteamiento y la formulación del problema, además del objetivo general y los objetivos específicos, justificación e importancia; así como también las limitaciones de la investigación.

Capítulo II: Se muestra el marco teórico del estudio conformado por los antecedentes internacionales y nacionales, bases teóricas y definición conceptual de la terminología.

Capítulo III: Se explica el marco metodológico, conformado por el tipo y diseño de estudio, la población y muestra, hipótesis de estudio, operacionalización de las variables, así como los instrumentos de medición, el procedimiento para la recolección de información y procesamiento para el análisis estadístico del estudio.

Capítulo IV: Se procedió al análisis e interpretación de los resultados; en primer lugar, se realizó la descripción de características sociodemográficas de la muestra, luego se realizó el análisis descriptivo de las variables de investigación; por último, se realizó el análisis y prueba de correlatividad.

Capítulo V: Se continúa con la discusión, conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Realidad problemática

El individuo, en sus inicios de edad adulta, atraviesa por muchos cambios, uno de ellos es el ingreso a la vida universitaria. Para algunos es una etapa apasionante, pero para otros puede ser la razón de alguna manifestación de estrés o aprensión, si estos no logran ser reconocidos y manejados, pueden causar enfermedades mentales. Estos podrían deberse a distintas razones, como por ejemplo el incremento en el uso de la conexión a la tecnología, que aporta muchos beneficios, pero también podría generar algunas tensiones, al ser utilizados en casi todo momento del día. Así como también, jóvenes que viven en lugares con emergencia humanitaria, desastres naturales, epidemia o pandemia, tienden a ser vulnerables a la angustia y enfermedades mentales (Cuenca et al., 2020).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) y Wiegold (2019) del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, Unicef señalan que, en cuanto a la tasa de morbilidad entre los jóvenes, la depresión se encuentra en el tercer lugar, siendo el suicidio la segunda razón de fallecimiento en individuos con edades de entre 15 a 29 años de edad.

Un estudio realizado por O'Shea y Bell (2020) del Centro para la Salud Mental de Reino Unido, en un análisis sobre los efectos de la transición a la vida universitaria, según la informe señala que las angustias de los estudiantes universitarios se relacionan con el estrés (65%), ansiedad, soledad y sensación de incapacidad para enfrentar las exigencias (43%), depresión y nostalgia (33%) y pensamientos suicidas (8%).

En Latinoamérica, según reporta la OMS (2017), la tasa de mortalidad ha ido en aumento en los jóvenes, siendo el suicidio una de las primeras causas (30%). En cuanto a los casos de desórdenes depresivos, Brasil reporto un 5.8% del total de su

población, Paraguay un 5.2%, en Chile 5.0%, Uruguay 5.0%, Perú 4.8%, Colombia un 4.7%, Argentina un 4.7%, Ecuador un 4.6%, Bolivia un 4.4% y Venezuela un 4.2% de su población.

En el Perú, según la Secretaria Nacional de la Juventud (Senaju, 2019), perteneciente al Ministerio de Educación, señala que, cerca del 20% de la población, se encuentra formada por jóvenes en edades de entre 15 y 29 años; lo que indicaría un aproximado de 8 millones de jóvenes que estarían atravesando esta etapa de afianzamiento respecto a su madurez tanto física, psicológica y social. En cuanto a los estudios realizados por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2016), espera que para el 2021, la población juvenil en nuestro país aumente a 8 millones 513 mil habitantes, de los cuales 50.7% son hombres y el 49.3% mujeres.

El estudiar una carrera universitaria suele ser una decisión trascendental, puesto que incide en el aspecto académico y en la forma de vivir que implica instruirse. Por tal motivo, muchos jóvenes tienden a trasladarse de su lugar de origen para ingresar a diferentes instituciones superiores con la intención de cumplir sus metas trazadas. Según Salas et al. (2016) algunos de estos cambios de vivienda pueden ser de manera temporal o permanentes; además, inciden en su desarrollo psicológico y social relacionados a la adaptación del lugar al que llegan.

Dichos cambios exigen experimentar pequeñas pérdidas como el dejar a la familia y perder contacto con los pares y demás seres queridos. Además, requiere otros cambios en tareas de la vida diaria, primordialmente en el hogar, debido a que será necesario aprender a administrar el dinero, mantenimiento del lugar en donde habita, provisionar alimentos y todas aquellas actividades diferentes a lo académico (Torcomian, 2016).

Para algunos estudiantes universitarios, la elección de instruirse y habitar alejados de sus lugares de origen, los lleva a un crecimiento a nivel personal, puesto que esta situación les enseña a encontrar un equilibrio, debido a que en ellos se encuentra la decisión de sus propias acciones y a cómo gestionar su tiempo; para Del Rosal y Llabanero (2013, citado en More, 2020) estos individuos mantienen una adecuada relación con su grupo social e indican sentirse satisfechos y felices.

Para otros estudiantes, les cuesta más tiempo adaptarse a estos cambios en la vida universitaria. No todos los jóvenes tienen la capacidad para permanecer por un periodo largo solos en casa. Dicha realidad podría generar el desencadenamiento de problemas de ansiedad, depresión, dependencia emocional y aislamiento (Del Rosal y Rivera, 2012, citado en More, 2020).

Otra situación de riesgo para el estudiante es el aspecto económico, por cuanto podría generar niveles de estrés psicológico que incide en la habilidad para adquirir modelos de interacción social y de solución de dificultades. Guzmán y Reyes (2018) indican que también podría afectar a la autoestima, percepción de autoeficacia, perspectiva de éxito, esperanza y positividad.

A todo ello, para un joven, atravesar por la vida universitaria involucra enfrentarse a grandes retos y riesgos incluso para la salud. Si bien, estar en la universidad es una etapa de mucho aprendizaje; también suele ser el origen causante de estrés para el joven académico (Chau y Vilela, 2017).

Para Barraza (2004), el alumno que estudia en la universidad, debe aprender a desenvolverse en un contexto diferente al que conocía antes, debe aprender a tomar el control de sí mismo, debe tener madurez académica y estar a la altura de las exigencias que conllevan, debe aprender a gestionar su tiempo para el logro de sus

metas, aprender a tener buenas relaciones sociales, todo ello forma parte del contexto universitario.

La Universidad Peruana de Las Américas ubicado en el distrito de Cercado de Lima, cuenta con nueve carreras profesionales. Con el propósito de conocer más a fondo la percepción que mantienen los docentes en cuanto a la autoeficacia de los alumnos para este estudio, se realizó una entrevista a una docente de la carrera de contabilidad y finanzas. En la entrevista, la docente refirió que los estudiantes mantienen un rendimiento académico regular a bajo. En cuanto a la participación en clase, aproximadamente solo un 40% interviene, el 40% lee sus exposiciones; en la entrega de trabajos casi el 30 % lo realiza incorrectamente; además existen faltas y tardanzas. La docente manifiesta que los estudiantes justifican sus faltas por factores como problemas familiares, económicos, personales, salud y trabajo.

Estas demandas cognitivas que atraviesan los estudiantes todos los días, impactan en sus estados afectivos, lo que produce cambios en su comportamiento, por lo que es importante el desarrollo de un óptimo funcionamiento mental, que permita una apropiada respuesta a las diferentes tentativas del contexto. Para Bandura (1997, citado en Olivari y Urra, 2007) una percepción elevada de autoeficacia aumenta la obtención de logros, reduce el nivel de estrés y depresión. En otras palabras, este postulado refiere que la autoeficacia es un componente cognitivo que establece el progreso o fracaso de las conductas. Por ello, es sustancial brindar soporte a todo sujeto, que añada nuevos saberes y forme nuevos retos, promoviendo de esta manera, cambios de comportamiento, teniendo en cuenta de que el cambio y la adaptación, serán condiciones básicas que estarán presentes en el trayecto de su vida.

Por lo tanto, la autoeficacia es entendida en la forma en como el sujeto se percibe a sí mismo, de su ímpetu para tomar desafíos y de su autocontrol, generando un efecto sobre sus conductas y determinando sus logros. Para Bandura, “los juicios de cada individuo sobre sus capacidades, en base a los cuales organizará y ejecutará sus actos de modo que le permitan alcanzar el rendimiento deseado” (1987, p. 416). En cuanto al bienestar psicológico, según Molina et al. (2008) consiste en una construcción individual que reposa en el proceso mental del sujeto y en su potencial para afrontar de forma aceptable con las vicisitudes de su existencia.

En tal sentido, si consideramos la descripción de ambas variables seleccionadas, es probable que la autoeficacia juegue un papel defensor ante las demandas del contexto, aceptando que el sujeto tiene la capacidad de enfrentar acontecimientos adversos con éxito, siendo constante en el logro de sus objetivos, mostrando una actitud positiva y de autoconfianza, lo que produciría un crecimiento individual y bienestar psicológico. Por ello, mientras no se conozcan evidencias de una relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes universitarios, los centros superiores no alcanzarán sus objetivos, pues no tendrán un conocimiento claro de lo que precisan reforzar en sus estudiantes.

Por esta razón, esta investigación tiene el propósito de establecer la relación del bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes universitarios, en base a ello se formula la siguiente interrogante: ¿Existe relación entre el bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima?

1.2. Justificación e importancia de la investigación

En cuanto a la justificación teórica, esta permite una información base para comprender la relación que existe entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes universitarios de una universidad privada del distrito del Cercado de Lima.

Además, añade conocimientos relevantes en el ámbito de estudio; permite la generalización de los resultados con estudios similares, lo que será de utilidad para validar con postulados previos. Asimismo, este estudio pasará a formar parte de la literatura científica y contribuirá a apoyar las teorías utilizadas entorno a las variables bienestar psicológico y autoeficacia; además, brinda recomendaciones para estudios futuros.

Para la justificación metodológica, se utilizaron instrumentos de medición como Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS – A) de Casullo y Castro y la Escala de Autoeficacia General (EAG) de Baessler y Schwarzer. Ambas herramientas cuentan con las condiciones necesarias de objetividad, validez y confiabilidad, que pueden ser utilizados para otras investigaciones científicas similares a este estudio.

Para la justificación práctica, los resultados estadísticos de este estudio contrastados con un marco teórico, sugieren llevar a cabo una planificación de estrategias de intervención psicológica, dirigidos a mejorar el bienestar psicológico y autoeficacia en los estudiantes universitarios.

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

- Establecer la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

1.3.2. Objetivos específicos

- Describir los niveles del bienestar psicológico y sus dimensiones en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.
- Describir los niveles de la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

- Establecer la relación entre la aceptación/control y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.
- Establecer la relación entre los vínculos psicosociales y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.
- Establecer la relación entre la autonomía y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.
- Establecer la relación entre los proyectos y la autoeficacia estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

1.4. Limitaciones de la investigación

En cuanto a las limitaciones del estudio, se encontraron algunas dificultades en la recolección de información pertinente sobre el bienestar psicológico y la autoeficacia en una población universitaria, a través de cuestionarios virtuales dada las circunstancias y vicisitudes que ha traído la pandemia del COVID-19. No obstante, se ha recabado y seleccionado las pruebas psicológicas completadas debidamente.

En lo que se refiere a las limitaciones de aspectos administrativos, adquirir los permisos de la institución, el acceso a la población y muestra, aspectos económicos y logísticos para continuar con la investigación, fueron cubiertos con los recursos de la investigadora, de manera que no perjudiquen el adecuado progreso de esta.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudio

2.1.1. Internacionales

Hussein (2020) realizó un estudio descriptivo – correlacional elaborado con la intención de “Investigar la relación entre el bienestar psicológico, la autoeficacia y el pensamiento positivo en la Universidad Prince Sattam Bin Abdul Aziz”, en Arabia Saudita. La muestra estuvo compuesta por 350 estudiantes universitarios de ambos sexos con edades de 18 y 36 años; los instrumentos que se les aplicaron fueron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff estandarizado por Alhazmi (2017), Cuestionario de Autoeficacia General (GSE) de Baessler y Schwarcer y el Cuestionario Estandarizado de Pensamientos Positivos (SPTH) de Radi y Metib (2017). Los resultados obtenidos indicaron una correlación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva con un grado de relación moderada ($r = .525, p < 0.01$) entre el bienestar psicológico y la autoeficacia; en cuanto al bienestar psicológico y el pensamiento positivo revelan la existencia de una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación moderada ($r = .417, p < 0.01$). Considerando estos resultados, se puede confirmar que a mayor bienestar psicológico y pensamiento positivo mayor autoeficacia en la muestra de estudio.

Freire y Ferradas (2019) realizaron un estudio descriptivo – correlacional, con el objetivo de analizar la relación entre la percepción del dominio del ambiente y la autoeficacia en estudiantes universitarios. La muestra estuvo compuesta por 630 estudiantes (427 mujeres y 203 hombres) de la Universidad de la Coruña - España, los cuales fueron evaluados con los instrumentos: Sub-escala de dominio del ambiente, incluida en la adaptación española de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff y la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarcer. Los resultados indicaron la existencia de una relación estadísticamente muy significativa, de tipo

positiva y con un grado de relación moderada ($\rho=0.51$, $p < 0.01$) entre la dimensión dominio del entorno y la autoeficacia general. Lo cual indica que, a mayor percepción de dominio del entorno existe mayor autoeficacia.

Espinoza y Barra (2018) realizaron un estudio correlativo, con el objetivo de establecer la relación de la autoeficacia, apoyo social y bienestar psicológico y sus dimensiones en estudiantes universitarios. La muestra estuvo constituida por 120 estudiantes universitarios de Chile de 18 y 30 años de edad; a los cuales se les aplicaron los instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff adaptada por Díaz, la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido de Arechabala y Miranda y la Escala General de Autoeficacia de Baessler y Schwarzer. Los resultados indican la existencia de una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación alta ($\rho=0.64$, $p < 0.01$) entre la autoeficacia y el bienestar psicológico. En cuanto a sus dimensiones revelan la existencia de una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado moderado ($\rho=0.55$, $p < 0.01$) entre la auto aceptación, dominio del entorno ($\rho=.54$), propósitos ($\rho=.51$), relaciones positivas($\rho=.40$), autonomía y crecimiento personal ($\rho=.0.42$) con la autoeficacia. Por lo tanto, se llegó a la conclusión de que a mayor autoeficacia mayor bienestar psicológico.

Siddiqui (2015) elaboró su investigación de tipo correlativo, con el objetivo de establecer las relaciones entre la autoeficacia en el bienestar psicológico en estudiantes de pregrado. La muestra fue constituida por 100 estudiantes universitarios (50 varones y 50 mujeres) musulmanes de Aligarh, a quienes se les aplicaron los instrumentos: Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados obtenidos indicaron una correlación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva con un grado de relación

moderada en estudiantes varones ($r = .596$, $p < 0.01$) y; en cuanto a sus dimensiones muestran la existencia de una relación de tipo positiva y un grado bajo ($r = .395$) en auto aceptación, un grado moderado ($r = .422$) en relaciones positivas, un grado alto ($r = .621$) en autonomía, un grado alto ($r = .612$) en dominio del ambiente, un grado moderado ($r = .526$) en propósito en la vida y un grado moderado ($r = .408$) en crecimiento personal; y en estudiantes mujeres obtuvieron una correlación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado moderado ($r = .551$, $p < 0.01$) entre la autoeficacia y bienestar psicológico; asimismo, en sus dimensiones muestran la existencia de una relación de tipo positiva y un grado muy bajo ($r = .092$) en auto aceptación, un grado bajo ($r = .207$) en relaciones positivas, un grado moderado ($r = .447$) en autonomía, un grado alto ($r = .661$) en dominio del ambiente, un grado bajo ($r = .240$) en propósito en la vida y un grado muy bajo ($r = .081$) en crecimiento personal. Por lo tanto, se llegó a la conclusión de que a mayor autoeficacia existe mayor bienestar psicológico.

Veliz et al. (2016) realizaron un estudio correlacional, con el objetivo de verificar si las dimensiones del auto-concepto, autoeficacia académica y el rendimiento académico se encuentran relacionadas. La muestra estuvo conformada por 190 estudiantes de salud de la universidad de Puerto Montt, Chile, a los cuales se les aplicaron los instrumentos: Escala de Auto-concepto AF5 de García y Musitu y la Escala de Autoeficacia Académica General de Torre. Los resultados indicaron que existe relación de las dimensiones del auto-concepto con la autoeficacia académica; en la dimensión del auto-concepto académico, se relaciona de manera positiva y moderada ($r = .460$), en el auto-concepto social un grado muy bajo ($r = .190$); en el auto-concepto emocional un grado bajo ($r = .391$), en el auto-concepto familiar un grado muy bajo ($r = .133$) y en el auto-concepto físico un grado muy bajo ($r = .129$) con la

autoeficacia académica. Lo cual indican que a mayor auto-concepto existe mayor autoeficacia académica.

2.1.2. Nacionales

More (2020) en un estudio descriptivo – correlacional tuvo como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes universitarios. La muestra conformada fue de 153 universitarios migrantes de Lima Metropolitana (incluyendo ambos sexos). A los participantes se les aplicaron los instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de Casullo y la Escala de Autoeficacia General (EAG) de Baessler y Schwarcer. Los resultados revelaron la existencia de una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación baja ($\rho=.295$, $p < 0.01$) entre la aceptación y control, una relación moderada ($\rho=.411$, $p < 0.01$) en autonomía y una relación alta, ($\rho=.073$ $p < 0.01$) en proyectos con la autoeficacia. Lo cual concluyen que a mayor bienestar psicológico mayor es la autoeficacia.

Canto (2020) en su estudio descriptivo – correlacional elaborado con el objetivo de establecer la relación entre la inteligencia emocional, auto-concepto y autoeficacia en estudiantes universitarios, tuvo como muestra 53 estudiantes de ambos sexos de una universidad pública; los instrumentos aplicados fueron Cuestionario sobre Inteligencia Emocional, Cuestionario sobre Auto-concepto, Cuestionario sobre Autoeficacia elaborados por Canto (2020). Los resultados mostraron la existencia de una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación alta ($\rho=.793$ $p= .000$) entre la inteligencia emocional y el auto-concepto, una relación muy alta ($\rho=.832$, $p= .000$) entre la autoeficacia y la inteligencia emocional y una relación muy alta ($\rho=.852$, $p= .000$) entre la autoeficacia y el auto-

concepto. Lo que concluye en este último resultado que a mayor auto-concepto mayor es la autoeficacia.

Rojas y Lloclla (2021) en su estudio descriptivo – correlacional elaborado con la intención de comparar la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en una muestra de 129 estudiantes universitarios, (incluyendo ambos sexos) del primer ciclo de una universidad privada de Lima; a los cuales se les aplicaron los instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y la Escala de Autoeficacia General (EAG) de Baessler y Schwarger. Los resultados reflejan una correlación no significativa entre bienestar psicológico y autoeficacia ($p > .05$). No obstante, se encontró una relación inversa entre autoeficacia y auto-aceptación ($r = -.298$, $p < .01$) y una relación directa entre autoeficacia y crecimiento personal ($r = .250$, $p < .01$). Lo que concluye que, a pesar de no haber encontrado una correlación entre ambas variables, se evidencia una correlación negativa en la dimensión auto-aceptación y una correlación positiva en la dimensión crecimiento personal; lo cual indica que a mayor autoeficacia existirá menor auto aceptación y a mayor autoeficacia mayor crecimiento personal.

Lamas y Rosales (2017) en su estudio correlativo elaborado con la intención de establecer la relación entre la autoeficacia y la felicidad, en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología de una universidad privada del distrito de Lince, con una muestra de 317 estudiantes de ambos sexos, a quienes se les aplicaron los instrumentos: Escala de Autoeficacia General- EAG de Baessler y Schwarzer y la Escala de Felicidad de Lima de Reynaldo Alarcón. Los resultados revelaron la existencia de una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación baja ($\rho = .377$ $p = .000$) entre la autoeficacia y la felicidad; en cuanto a sus dimensiones obtiene un grado bajo ($\rho = .336$ $p = .000$) en

propósitos de la vida, ($\rho=.316$, $p= .000$) en satisfacción con la vida, ($\rho=.288$, $p= .000$) realización personal y ($\rho=.382$, $p= .000$) en alegría de vivir. Lo que concluye que, a mayor felicidad, mayor es la autoeficacia.

Chávez (2016) en su investigación descriptivo – correlacional elaborado con la intención de determinar la relación entre bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes universitarios; la muestra estuvo conformada por 142 estudiantes de ambos sexos de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Unión filial Juliaca – 2016, a los cuales se les aplicaron los instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y la Escala de Autoeficacia General- EAG de Baessler y Schwarger. Los resultados revelaron la existencia de una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación moderada ($\rho=.448$, $p= .000$) entre el bienestar psicológico y la autoeficacia. Con respecto a sus dimensiones, obtienen un grado moderado ($r=.453$, $p= .000$) en propósito en la vida, ($r=.426$, $p= .000$) en dominio del entorno, ($r=.419$, $p= .000$) en crecimiento personal, una relación baja ($r=.395$, $p= .000$) en auto- aceptación, ($r=.311$, $p= .000$) en autonomía y una relación muy baja ($r=.154$, $p= .000$) en relaciones positivas. Por último, llegaron a la conclusión que mientras mayor sea el bienestar psicológico mayor será el nivel de autoeficacia.

2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado

2.2.1. Bienestar psicológico

Al estudiar este concepto, se descubre que incluyen dimensiones dirigidas a una vida desde una perspectiva más positiva.

Según Casullo (2000) se define al bienestar psicológico, en la forma en como el individuo percibe los logros alcanzados a lo largo de su vida; nivel de satisfacción

personal en la manera en cómo lo realizó, realiza o realizará en un futuro, desde una perspectiva netamente subjetiva.

Para García y González (2000) citado en Salotti (2006), el concepto de bienestar es como una experiencia individual asociada al ahora, además de tener una visión del futuro, puesto que se relaciona con logros y metas. Es por tal razón que el bienestar surge de ese equilibrio entre las expectativas (del futuro) y los logros (valoración del presente).

En cuanto a Barra y Vivaldi (2012) refieren que el bienestar psicológico es el indicador de una adecuada actividad en las capacidades y por consecuencia el desarrollo individual de sujeto. Es importante reforzar este concepto con lo mencionado por Ryff y Keyes (1995, citado en García, 2016) quienes señalan que el bienestar psicológico es una percepción subjetiva, sentimiento o estado; así como satisfacción en la vida que se experimenta al concluir logros individuales; y calidad de vida como un nivel en que es percibida una vida favorable.

Por último, la OMS (2018) define al bienestar psicológico como salud mental, lo cual hace referencia a un estado integral de bienestar biopsicosocial. Es decir, la ausencia de enfermedades no es la única manera de conseguir bienestar, tampoco un indicador para señalar que una persona está íntegramente sana, pues hay que tomar en consideración el estilo de vida en el que se desenvuelven los procesos afectivos adecuados, vínculos sociales sanos que traen consigo un buen desarrollo en la madurez afectiva de forma íntegra.

Teorías sobre el bienestar psicológico.

Existen muchas teorías que intentan definir y explicar esta variable. A continuación, se destacan los siguientes autores:

Teoría de la Autodeterminación (SDT, Self Determination Theory) de Ryan y Deci (2000, citado en Cuadra y Florenzano, 2003) refiere que los individuos pueden asumir compromisos ya sea de manera proactiva o apática, y que dicho comportamiento será influenciado netamente por el contexto social en donde se desenvuelven. Asimismo, aluden que los individuos nacen con necesidades innatas de índole psicológico (como la autonomía, sociabilidad y competitividad), que están estrechamente relacionadas con el desarrollo de una personalidad con tendencia a la automotivación y complementada con su contexto social en el que se desenvuelvan, proporcionarían o estropearían dichos procesos positivos. Estas tres necesidades satisfechas llegarían a ser predictores del bienestar subjetivo y el progreso a nivel social.

Plantean una macro teoría sobre la motivación humana que tiene una relación con el desarrollo de la personalidad en el contexto social. Ryan y Deci (2000) señalan que las necesidades psicológicas básicas tienden a ser innatas, universales e importantes para la salud y el bienestar de los individuos. Dichas necesidades son naturales en las personas sin importar su edad o cultura, y mientras esas necesidades sean satisfechas constantemente, los individuos marcharán de forma eficaz y continuarán saludablemente, pero si estas necesidades no logran ser cubiertas, el individuo manifestará indicios de malestar o un deficiente funcionamiento.

Para Ryan y Deci (2000) existen tres necesidades primordiales que el sujeto debe cubrir:

- Necesidad de competencia: cuando el sujeto precisa entrenar sus habilidades y perfeccionarlas.
- Necesidad de autonomía: cuando el individuo precisa asumir y hacerse cargo de sus decisiones.

- Necesidad de correspondencia: cuando el individuo precisa contactarse con otras personas y concebirse aceptado por sus pares.

Para que el individuo pueda cubrir sus necesidades, dependerá de las circunstancias del contexto, lo que ayudaría a concluir su proceso.

La teoría SDT está compuesta por cinco teorías que se utilizaron para poder explicar la unión de elementos motivacionales, que ha nacido por medio de investigaciones de campo y laboratorio. Por ello, cada teoría abarca un aspecto motivacional o desarrollo de la personalidad. Las teorías utilizadas son:

1. La teoría de Evaluación Cognitiva (CET) emplea básicamente los efectos del ámbito social en la motivación intrínseca, y la forma en como los factores de recompensa, ego, intervención y registros interpersonales afectan para incrementarla o reducirla. Para Ryan y Deci (2000) los retos cumplidos y la retroalimentación que incentiven a la eficacia, beneficiaran para alcanzar dicha motivación intrínseca. No obstante, si el individuo no posee un sentido de autonomía, dichos sentimientos no ayudaran a la motivación intrínseca.
2. La teoría de Integración de Organismos (OIT) realiza estudios sobre la motivación extrínseca en sus diferentes maneras. Constituye el menor nivel de motivación y es entendida cuando el sujeto ejecuta algunas tareas sin alguna finalidad específica, sino que son usadas para alcanzar ciertos logros y la no-motivación.
3. Teoría de la causalidad (COT) esta teoría describe la manera de cómo los individuos regulan su comportamiento y su entorno en función a sus diferencias interpersonales. Evalúan tres tipos de causalidades enfocadas hacia la autonomía, orientación del control y la orientación impersonal.

4. Teoría de las Necesidades Psicológicas Básicas (BPNT) define conceptos acerca de las necesidades avanzadas y su influencia en la salud psicológica. Asimismo, esta teoría explica que el bienestar psicológico y su adecuado proceso se asientan en la autonomía, parentesco y competencia. Además, señala que las tres necesidades son básicas y que, si alguna de ellas es interrumpida, se manifestará una disfuncionalidad.
5. Teoría del Objetivo Contenido (GCT) se diferencia de los objetivos intrínsecos y extrínsecos y su efecto sobre la motivación y el bienestar. Estos objetivos son diferenciados para cubrir las necesidades básicas, por ello, están relacionados con el bienestar. El logro financiero, apariencia, notoriedad han sido diferenciados con objetivos intrínsecos como por ejemplo relacionarse con otros, establecer lazos, desarrollo individual también relacionados con el bienestar.

Teoría del Flujo de Csikszentmihalyi (1999, citado en Jiménez, 2008) refiere al estado óptimo de la mente en el que el sujeto experimenta una eficiencia a nivel de la cognición, éste se encuentra altamente involucrado; además, experimenta a la vez un alto grado de complacencia. Este postulado resalta nueve características del flujo: establecimiento de metas claras, necesidad de una inmediata retroalimentación, ajuste de las habilidades personales para los desafíos, focalización en la tarea, unión de acción y conciencia, control potencial, pérdida de autoconciencia, percepción alterada de espacio temporal, la experiencia se convierte autotélica (Pizarro et al., 2019).

Es importante resaltar que el estado de flujo puede variar en función a su grado de intensidad al ser vivenciado. Si en la situación, el individuo llega a experimentar las nueve dimensiones, se estaría hablando de un estado nombrado macroflujo; pero

si solo vivencia algunas de ellas, el individuo el individuo estaría atravesando por un estado denominado microflujo; que se encuentra asociado con actividades gratas pero que trazan retos deficientes; como ver televisión, salir con los amigos, leer un libro (Privette, 1983, citado en Fernández et al., 2013). Las investigaciones acerca del flujo empezaron desde hace 20 años, y han ido en aumento, generando rutas innovadoras de estudio, creando posiblemente la más relevante como el flujo para aumentar la calidad de vida y desarrollo del potencial humano (Jiménez, 2008).

Modelo Multidimensional del bienestar psicológico de Carol Ryff (1989, citado en García, 2016) quien, en colaboración con Keyes, en el año 1985, planteó seis dimensiones en su estudio. Este modelo integrado de desarrollo personal, nombra a la felicidad como el resultado del desarrollo potencial humano, y la denomina Bienestar psicológico. Para Carol Ryff y Keyes (1995, citado en Díaz et al., 2006) definen este concepto como una percepción de tipo subjetiva, un sentimiento o estado. Asimismo, señalan que el bienestar psicológico se va edificando por medio del desarrollo psicológico del individuo y de la habilidad para interactuar de forma óptima y en conjunto con las vivencias pasadas que ha atravesado, tomando en cuenta medidas apropiadas para ello. Dicho bienestar es considerado como un factor de motivación intrínseca para el sujeto y va a depender de características como el género, la edad y la cultura, además, puede ser medido por medio de su componente afectivo o cognitivo para los cuales deben ser estudiados en sus diversos contextos como en el ámbito familiar, trabajo o institución.

Este modelo teórico fundó sus bases en la tradición eudemónica. Es así como conforma una estructura de seis dimensiones entorno al bienestar. Entre estas dimensiones Ryff (1995, citado en Díaz et., al 2006) señala las siguientes:

1. Auto-aceptación: consiste en aquella actitud positiva que se tiene de uno mismo. es decir que el individuo se sienta bien consigo mismo siendo consciente de sus limitaciones.
2. Relaciones positivas con las personas: se refiere a que el individuo evalúa y genera relaciones estables con otros, asentados en la familiaridad, confianza y la predisposición de amar. El individuo mantiene relaciones sociales agradables, es empático y amigable.
3. Dominio del entorno: indica la habilidad del sujeto para dirigir su ambiente, creyéndose apto para influir en éste y ajustarlo a sus exigencias (deseos y necesidades).
4. Autonomía: implica la determinación de uno mismo para no dejarse influenciar por las cuestiones sociales y saber gestionar su comportamiento.
5. Propósito en la vida: se percibe en función a metas concretas y reales, que les conceden sentido a las experiencias anteriores como a las futuras.
6. crecimiento personal, que es toda actividad dirigida a fortificar el potencial que procede en una evolución de la persona.

Según los estudios de Casullo y Castro (2002) elaboraron una teoría sobre el bienestar psicológico, que tuvo como principal tarea crear una escala para medir dicha variable, en base a los postulados desarrollados por Ryff, pero con la diferencia en que introduce aspectos salugénicos que hasta la fecha no se habían considerado en los estudios previos relacionados. Así como demostrar la validez y confiabilidad de adolescentes de nacionalidad argentina que pertenecen a diversos contextos culturales.

La herramienta de medición desarrollada por Casullo (2002) es de técnica autoaplicable que cuenta con validez y confiabilidad para la medición de la variable bienestar psicológico, y consta de cuatro dimensiones: aceptación/control, autonomía, vínculos psicosociales y, por último, proyectos (Cortez, 2016).

Dimensiones del bienestar psicológico.

Para Casullo (2002) el bienestar psicológico es mantener desarrollado las actitudes positivas en la vida personal, así como también la capacidad de relacionarse con los demás, relaciones afectivas importantes, positivismo en cuanto al sentido de la vida y autonomía para la toma de decisiones. Para lo cual exponen un enfoque multidimensional tomado de los estudios de Ryff (2008), que establece cinco dimensiones entre las cuales se encuentran:

En primer lugar, el control de situaciones, que consiste en una manifestación de control y auto-competencia; además, refiere a tener la habilidad de crear un ambiente propicio a sus capacidades e inclinaciones. Aquel individuo que no tenga desarrollado esta sensación de control, se le dificultará manejar situaciones de la vida cotidiana; asimismo, se percibirán incapaces de alterar su contexto en relación a sus necesidades.

En segundo lugar, se encuentra la aceptación de sí mismo, que consiste en la capacidad del individuo para admitir sus fortalezas y debilidades, sentirse tranquilo en cuanto a experiencias del pasado. La aceptación de uno mismo se encuentra estrechamente relacionado con la aceptación de las experiencias pasadas y de querer cambiar el pasado como así mismo.

En tercer lugar, se encuentra la autonomía, que hace referencia a la habilidad que tiene la persona para la toma de decisiones de forma independiente, mantiene desarrollado la capacidad asertiva y confianza en su propio juicio. La carencia de esta

dimensión en un individuo se expresaría en la dependencia hacia las personas que le rodean para tomar decisiones importantes, además de la excesiva preocupación por lo que piensen, digan o sientan los demás.

En cuarto lugar, se encuentran los vínculos psicosociales, que consiste en la capacidad del individuo para establecer lazos con las demás personas, ser cálido, tener autoconfianza, empatía y capacidad afectiva. La incapacidad en esta dimensión se traduce en la dificultad de mantener relaciones con otros individuos, además de optar por el aislamiento y manifestar frustración.

Por último, se encuentran los proyectos, esta dimensión consiste en trazarse metas y objetivos a lo largo del ciclo vital; el individuo considera que la vida tiene significancia, además de tener valores que le brinden el sentido a este mismo.

Factores que influyen en el bienestar psicológico.

En el bienestar psicológico, Ryff y Singer (2008) refieren que influyen tres factores como:

Los factores individuales que están formados por aquellos rasgos de personalidad y particularidades que definen al sujeto.

Los factores psicosociales se refieren a los valores que se forman en el ámbito social y, además, las tácticas para afrontar situaciones dificultosas.

Los Factores imprevisibles se compone de experiencias y circunstancias relevantes en la vida del sujeto; por ejemplo, pérdida de un ser importante o el desarrollo en un contexto poco favorable.

Implicancias de no gozar de bienestar psicológico.

Maslow (1943, citado en Ezaine, 2019) señalan que el individuo es un ser único y particular, con capacidades intelectuales, pero también con sentimientos, intereses y valores subjetivos con la finalidad de conseguir su autorrealización, así como

menciona Maslow en su teoría. No obstante, cuando hacemos referencia de las implicancias de no tener un bienestar psicológico, no quiere decir que las personas sean privados de este privilegio, sino hablamos de individuos que, por motivos de aprendizaje, o manera de vivir; no alcanzan un óptimo bienestar psicológico. Al ser una variable multidimensional, la insatisfacción se amplía en diferentes aspectos, no solo en el cumplimiento de un propósito o deficiente desarrollo personal, así como también, la dependencia, el desprecio de uno mismo, produciendo de esta forma emociones y sentimientos desfavorables, como la irritabilidad, ansiedad y tristeza; que influyen en la capacidad crítica volviéndose en un ciclo, en donde las emociones, pensamientos y conductas fortalecen negativamente, creando problemas como la depresión, el estrés, entre otros, que generan a su vez problemas físicos.

El estrés académico es uno de los problemas más cotidianos en los jóvenes universitarios, debido a que las exigencias, demandas, presión por parte de las instituciones y el entorno familiar pueden agravar el estado y perjudicar su rendimiento, produciendo así la falta de control del ambiente, percibiéndose con la incapacidad de hacerse cargo del contexto o la situación, desaprovechando oportunidades vitales, comportándose de manera pasiva.

Para López (2017), cuando el adulto joven no se siente satisfecho con su vida, refleja algunas características como, quejas de su ambiente, les disgusta todo; se siente apagado y serio; muestra irritabilidad, tristeza y melancolía; suele compararse con el resto, y anhela lo que no tiene y no se alegra con nada debido a que posee un nivel alto de exigencia; demanda mucho a las personas más allegadas; mantiene una visión negativa, experimenta un sentimiento de envidia de lo que otros tienen; empieza actividades, pero no las culmina, dado que descubre que no le agrada como

lo esperaba; la mayoría de sus expectativas tienden a ser muy altas y poco realistas, se traza metas cortas y fáciles de alcanzar.

Contribuciones del bienestar psicológico.

Para Ryff (2008, citado en Del Valle et al., 2015), el bienestar psicológico contribuye en:

El bienestar psicológico en lo familiar: la familia es fundamental para el desarrollo de conductas elementales para la comunicación, la interacción y la formación de conceptos; pues son las bases para formar individuos con un buen auto-concepto y adecuada auto-aceptación que gozan de un grado aceptable de bienestar psicológico. Este nace de un soporte psicosocial, que facilita la adaptación en su ambiente.

El bienestar psicológico en lo social: así como el ser humano posee capacidades, fortalezas y habilidades, también necesita una red de apoyo dado que somos seres sociales, con la capacidad de aprender, desarrollarnos y relacionarnos con otros individuos. Cuando se habla de bienestar psicológico en este aspecto, es sumamente importante contar con un soporte social, puesto que es parte para lograr sentirse satisfechos; es por ello que, Ryff no lo anula en su teoría al considerar las relaciones positivas y dominio del entorno en sus dimensiones; en otras palabras, las relaciones interpersonales de calidad, gratas y genuinas, así como la preocupación por el bienestar de las otras personas, el afecto, la reciprocidad y exigencias de las relaciones humanas, generan un nivel de bienestar propio. De la misma manera, la capacidad para manejar adecuadamente la vida y el contexto, así como también, del uso conveniente de ciertos recursos del ambiente; además, de la capacidad de seleccionar y crear situaciones que cubran las propias necesidades. Esto genera

confianza de sí mismo y en su ambiente, creando sentimientos de utilidad que contribuyen al bien común.

El bienestar psicológico en lo académico: en una educación superior, el adulto temprano, no solo se enfoca en una calificación alta, sino que también tiene otras prioridades como, planes y metas a futuro como lo define Ryff; el propósito en la vida, la perseverancia en el cumplimiento de metas vitales; la concepción de que lo vivido en el pasado y en el presente tiene utilidad y un sentido, que en su mayoría se producirán en la culminación de su grado académico. Asimismo, estos trayectos por cumplir los objetivos trazados, resultarían difícil de llevarse a cabo si el individuo no tuviera auto-aceptación; es decir, una evaluación positiva de sí mismo y de su pasado que conciba el reconocimiento de varios aspectos del yo, tanto positivas como negativas. El nivel de autonomía, sería otro punto a tomar en cuenta; pues en el estudiante produce un sentido de independencia en el ámbito académico, de esta forma tendrá dominio de sí mismo cuando se enfrente a una presión social, porque pensará y actuará de una forma determinada; además de tener un grado de autoevaluación construida en estándares individuales, acerca de lo que le conviene o no, según su nivel de crecimiento personal. Pero sin olvidar que las relaciones con otros ayudarían en el contexto académico.

2.2.2. Autoeficacia

Canto (1998, citado en Chirinos, 2017) refiere que la autoeficacia ha sido conceptualizada con términos de confianza, fe o devoción que tiene un individuo en cuanto a sus acciones para sus logros específicos.

Según Espada et al. (2012) definen la autoeficacia como un constructo integral, en referencia a una creencia sólida que tiene un individuo, en cuanto a su capacidad

para abordar de manera apropiada las distintas situaciones generadoras de estrés que pueden surgir en la vida cotidiana.

Por otro lado, Bandura (1977, citado en More, 2020) refiere que la autoeficacia son aquellas creencias que tiene el sujeto sobre sus propias capacidades para poder alcanzar sus objetivos trazados.

Teorías sobre la autoeficacia.

En cuanto a las teorías sobre la autoeficacia, éste pasó por diversas definiciones en cuanto a su concepto y metodología. En sus inicios hasta hoy en día, estas teorías han querido demostrar de qué forma, los factores sociales, cognitivos, conductuales y afectivos de los individuos se encuentran predeterminados por la autoeficacia. Entre las teorías sobre la autoeficacia se encuentran los más resaltantes como:

La teoría de aprendizaje social de Rotter (1996, citado en Visdómine y Luciano, 2005) aporta a la conceptualización del sentimiento de autoeficacia. Sus postulados fueron importantes, a pesar de no aludir ni describir el constructo, pues ayudaron a formar la teoría del aprendizaje social junto con la unión de otras teorías de la personalidad.

De esa manera, se unificó el rol de los conductistas en cuanto al reforzamiento del aprendizaje y los componentes cognitivos de los sujetos (Aiken, 2003, citado en Visdómine y Luciano, 2005); teniendo como principal meta construir una postura que manifestara la forma en como los individuos aprenden en distintos contextos sociales. No obstante, lo que mayor interés ha generado en la teoría y la práctica de la motivación de Rotter, es el "Locus del Control". Este término hace referencia al nivel en que los efectos de las conductas forman parte de aspectos individuales o externos

(Covarrubias y Mendoza, 2013). Tiende a ser un rasgo relativamente sólido e influye en las habilidades que tengan los individuos (Nevid, 2011).

Para Rotter (1996, citado en Brenlla y Vázquez, 2010), tanto la internalidad como la externalidad, como una generalización de ciertas expectativas, tiende a actuar en principio vaticinando y advirtiendo sobre cómo la gente piensa y constituye sus experiencias. Partiendo de esto, el autor instauró dos tipologías conocidas en psicología, como Locus del Control Interno (LCI) y Locus del Control Externo (LCE). Esto quiere decir que, si los individuos mantienen Locus de Control Interno, tenderán a asumir sus propias responsabilidades; además, se verán involucrados en experiencias de éxito donde los hagan resaltar por sus habilidades y esmero. En contra parte, las personas que se encuentran en el Locus de Control externo, tienden a aceptar la vida que les tocó, considerándola como si esta estuviera controlada por otras personas o por alguna otra fuerza externa. Como resultado, sus éxitos o sus fracasos obtenidos lo atribuyen a la suerte o coincidencia (Woolfolk, 2006).

La teoría de Rotter, plantea que los logros que tiene el individuo en cualquier aspecto de su vida, se encuentran directamente relacionado con las expectativas y con la valía que les atribuyen a las consecuencias de sus acciones. De esta forma, es como el refuerzo y el valor que se otorga, constituyan un incentivo a las acciones que realizan y los efectos que consiguen; estas diferencias son básicas en aquellos individuos que mantienen una causalidad interna, y que se comportan de manera responsable moldeando el futuro, a comparación de aquellos individuos con una causalidad externa que obedecen sus resultados a la casualidad, y la opinión del resto de personas. A todo ello, nació la primera línea de estudios sobre la autoeficacia del autor del aprendizaje social de Rotter (1954, citado en Brenlla y Vázquez, 2010).

Como se menciona en un principio, el autor no se refiere a la variable de autoeficacia como tal, no obstante, se puede inferir que las bases de la teoría de A. Bandura encuentran sus cimientos en dicha propuesta. Además, según lo mencionado por Prieto (2007) señala que la mayor parte de sus bases teóricas se originan de las ideas de Rotter, puesto que la autoeficacia se encuentra previamente como idea delimitada del locus del control tanto interno como externo en las acciones de los individuos.

La teoría socio-cognitiva de Bandura; en su preocupación por realzar a la psicología como ciencia, y respaldar sus estudios, indagó un método eficaz que solucionara contingencias humanas. En base a este postulado, Bandura reubicó el foco de estudio de la psicología del objeto al sujeto. Esclareció ideas sobre la forma en cómo se maneja la motivación; además, advirtió sobre la relevancia de los juicios individuales y descubrió que la autoeficacia juega un rol importante en las conductas humanas (Bandura,1987).

La teoría del aprendizaje social, llamada también teoría socio-cognitiva con la confirmación de sus estudios sobre la autoeficacia, en el que postulaba que el funcionamiento humano se rige por la mente, y que éste tiene la capacidad de identificar y distinguir un determinado contexto. Su objetivo principal no solo consistía en resaltar los procesos cognitivos, sino limitar su teoría con otra concepción que se vinculara con otros postulados del aprendizaje social. Es de esta forma en como la variable "autoeficacia" adquirió solidez para poder crear una teoría; tiene como eje principal el pensamiento autorreferente que participa de mediador entre la conducta y la motivación de los individuos (Bandura,1987). No obstante, para que dicho pensamiento sea análogo con los sentimientos y conductas, se necesita un adecuado autoconocimiento y la idea de autoeficacia personal que se tenga. Por consiguiente,

el cambio y la adaptación formaran parte del funcionamiento humano teniendo como base la perspectiva socio-cognitiva; por la cual, la autorreflexión y autorregulación obedecen componentes personales, conductuales y el entorno.

Teoría de la expectativa-valencia de Vroom fue desarrollada por el investigador Victor Vroom, en el año 1964, con ello pretende explicar de qué manera los individuos actúan motivados por las expectativas que obtienen de sus resultados al responder de determinada manera. Esta teoría comprende que todo ser humano pensante y con infinitas necesidades de desarrollarse tanto en lo personal, laboral, social y familiar, se comporta motivado por distintos propósitos trazados para el logro de su plan de vida. Por tal razón, nuestras acciones estarán condicionadas por la idea anticipada del resultado que procederá de una conducta a fin. Es decir, toda conducta que nos motive, nos ayudará a conseguir nuestros propósitos individuales. Vroom, establece una fórmula para establecer el nivel de motivación en trabajadores hacia determinada acción, pues esta teoría fue creada principalmente para el campo de la psicología organizacional (De Quijano y Navarro,2012).

Factores que condicionan la motivación según Vroom (1964, citado en De Quijano y Navarro, 2012) son:

1. Expectativa: es aquella percepción que tiene el individuo sobre el resultado que va a conseguir de su conducta.
2. Instrumentalidad: es la percepción del sujeto de que su acción será determinante en la obtención del resultado deseado.
3. Valencia: es aquel valor que el individuo concede al resultado conseguido por la actividad ejecutada.

Dimensiones de la autoeficacia.

Bandura (1987) refiere que la autoeficacia está comprendida por tres dimensiones:

1. Magnitud: consiste en el nivel de dificultad de las actividades que un individuo se percibe apto de destacar.
2. Fuerza: es aquel nivel de seguridad que tiene un sujeto para ejecutar una actividad, si tiene fortalecida sus expectativas de autoeficacia, el individuo tendrá mayor oportunidad de alcanzar con éxito los sucesos aun siendo desagradables, pero si las expectativas de autoeficacia son pobres, el individuo no podrá afrontar de manera firme aquellas situaciones perjudiciales.
3. Generalidad: es aquella oportunidad que tiene el sujeto para poder expandir el sentimiento de eficacia individual hacia otros aspectos y contextos iguales, obedeciendo a las capacidades que requiere cada actividad.

Fuentes de la autoeficacia.

Para Bandura (1987) las creencias que tiene el individuo sobre su autoeficacia se asientan en la comunicación de cuatro principios básicas:

La experiencia de dominio señala que posee una influencia superior sobre el comportamiento del individuo, en función al éxito y fracaso que ha atravesado. Esta fuente hace referencia a vivencias pasadas en las que el individuo mide los resultados de sus conductas, y sus interpretaciones van produciendo la autoeficacia en función a sus consecuencias. Es decir, los logros exitosos aumentan la autoeficacia y los fracasos lo reducen. El desarrollo de un sentido de autoeficacia debido a experiencias de dominio adopta instrumentos cognitivos, de comportamiento y de autorregulación que beneficia a desarrollar y responder adecuadamente ante

situaciones variables de la vida. Si el individuo solo experimenta éxitos sencillos, tenderá a esperar resultados rápidos y perderá la motivación fácilmente con los fracasos. Así que los acontecimientos difíciles o momentos de desavenencias, ayudan a que el individuo pueda comprender que el éxito demanda un esfuerzo permanente.

Las experiencias vicarias se logran con modelos sociales, al momento de percibir acciones o conductas de otros individuos en relación; mirar lo que son capaces de realizar a través de sus comportamientos y las ideas previas, contribuirá a acrecentar la creencia del espectador, la propia capacidad que tiene para crear sus expectativas sobre su comportamiento y sus efectos. No obstante, si a pesar de los esfuerzos, el individuo observa muchos fracasos, su motivación decaerá. Pero, si el individuo percibe al modelo muy distinto a él, sus ideas de autoeficacia no serán influenciada por el comportamiento y resultado del otro. Lo cual indica que los modelos competentes transfieren saberes, destrezas y tácticas adecuadas que el individuo asimila para gestionar distintos acontecimientos. Las cualidades del modelo influyen más que las destrezas; y mientras más aprenda el observador mayor se promoverá su autoeficacia.

La persuasión social hace referencia a que los individuos forman y desarrollan su autoeficacia por la influencia de las otras personas. Es decir, puede producirse por una buena retroalimentación, frases motivadoras que pueden acrecentar su autoeficacia. Pero, esa adecuada percepción de autoeficacia puede ser efímera si las energías invertidas para dicha actividad no alcanzan el éxito deseado. A su vez, si el individuo motivado no se percibe apto o con las capacidades precisas para lograr su propósito, con facilidad se rendirá cuando observe algún obstáculo o dificultad. Por último, los individuos que logran influir en otras personas de manera positiva para el

logro de una adecuada autoeficacia, generan una óptima estimulación, produciendo la confianza y capacidad de los individuos persuadidos a alcanzar sus propósitos personales.

Los estados psicológicos y emocionales, señala que los individuos pueden darse cuenta de su autoeficacia a través de reacciones biológicas, cuando nos enfrentamos a la realización de ciertas actividades. Nuestros estados fisiológicos pueden verse perturbados por el estrés, fatiga, ansiedad, etc. Además de producir una acción pobre que indique debilidad física y exponga la propia vulnerabilidad al encontrarse realizando tareas que involucren fuerza y constancia. Además, nuestro juicio de autoeficacia también se encuentra influenciado por el estado de ánimo. Cuando el individuo posee un estado de ánimo óptimo, produce autoeficacia positiva y un estado de ánimo negativo, desalienta.

Factores que afectan la autoeficacia.

Para Schunk (1995, citado en Canto, 1998) existen factores que afectan la autoeficacia en estudiantes como, por ejemplo:

El establecimiento de metas: para Bandura (1998, citado en Canto, 1998) es un proceso cognoscitivo que afecta los objetivos logrados. Los educandos que se trazan objetivos, se encontrarían logrando un nivel de autoeficacia y cierto compromiso para alcanzarlas. Es decir, la autoeficacia surge cuando el estudiante se encuentra consiguiendo sus objetivos y se percibe un individuo capaz (Elliot y Dweck, 1988, citado en Kohler y Reyes, 2010).

El procesamiento de la información: Este evalúa de qué manera las exigencias del procesamiento cognitivo del material de estudio interviene en la autoeficacia. En otras palabras, los estudiantes que consideran complejo su material de estudio, presentaran niveles deficientes; a comparación de los que se conciben en la

capacidad de gestionar sus procesos cognoscitivo, necesarios para aprender su material de estudio. Algunas investigaciones realizadas por Pintrich y De Groot (1990, citado por Canto, 1998), concluyeron que la autoeficacia se relaciona positivamente al aplicar estrategias de aprendizaje, en vista de que usarlas genera un aumento de su autoeficacia y estas pueden ser aprovechadas por el educando.

Los modelos: tienden a influenciar de manera positiva en la autoeficacia y su desempeño (Schunk, 1995, citado en Canto, 1998). Por su parte, Zimmerman y Ringle (1981, citados en Canto, 1998), llegaron a la conclusión de que aquellos niños que percibieron modelos con una constancia deficiente, pero con un nivel alto de autoconfianza, obtuvieron rangos elevados de autoeficacia a diferencia de los niños que percibieron a sujetos con un rango elevado de pesimismo y que permanecían mayor tiempo en la actividad. Asimismo, los niños que percibieron modelos con sus mismas características cronológicas (sus pares), sus niveles de autoeficacia se elevaron más que cuando son expuestos al modelado con sus profesores.

La retroalimentación brinda la posibilidad de saber los principios para obtener el éxito o el fracaso en la culminación de las actividades. La retroalimentación ayuda a que, la motivación se mantenga y que el nivel de autoeficacia aumente, una vez que el estudiante relacione sus logros con su esfuerzo (Schunk, 1995, citado en Canto, 1998).

Los premios: son aquellos reconocimientos o todo acto que motive y alienten al individuo a identificar el esfuerzo dirigido a alcanzar sus propósitos en diversas actividades. Para Schunk (1995, citado en Zimmerman, 2005) estos factores también alteran el nivel de autoeficacia.

Autoeficacia y el contexto académico.

En la actualidad se evidencia la existencia de una conexión entre la autoeficacia y la educación, que trae como resultado diversas investigaciones en el área académica, particularmente en logro y la motivación. De tal manera, se ha expuesto que la autoeficacia pronostica de forma positiva el éxito académico de los alumnos (Lane y Lane, 2001, citado en Cartagena, 2008). De la misma forma, una alta autoeficacia promueve el aprendizaje y la motivación del alumno, generando una conexión con el asentamiento de futuros objetivos y logros pasados que produce en el individuo un sentimiento de seguridad.

En el contexto académico, se ha podido evidenciar la existencia de un bajo criterio de autoeficacia en función a la diferencia de género. Estudios realizados por Bong (2001, citado en Carrasco y Barrio, 2002) expuso que los estudiantes varones obtuvieron un nivel de autoeficacia mayor en diferentes áreas académicas que las estudiantes mujeres. Asimismo, Dominguez et al. (2012) manifiestan que la autoeficacia académica, es entendida como la unión de ideas del sujeto sobre sus mismas capacidades para gestionar y actuar como se requiere en el manejo de sucesos relacionados al área académica.

Por tal razón, según los postulados de Bandura acerca de la autoeficacia en el área académica, explica de qué forma, los estudiantes con perspectivas altas de autoeficacia, guardan un nivel alto de motivación académica. Además, consiguen óptimos resultados y tiene la capacidad de gestionar adecuadamente sus actividades, manifestando una alta motivación intrínseca al momento de aprender. En efecto, se confirma que el perfeccionamiento de las perspectivas de autoeficacia aumenta la motivación y con ello, el desempeño en el proceso de aprendizaje.

2.3. Definición conceptual de la terminología empleada

1. **Bienestar psicológico:** Es aquel estado dinámico de la mente que se identifica como un nivel prudente de concordancia entre las facultades, necesidades y oportunidades del medio ambiente (Levi, 1988, citado en García et al., 2016).
2. **Autoeficacia:** Aquel conocimiento y autoconfianza que se tiene un sujeto con respecto a su propia capacidad para poder lidiar con distintas circunstancias que se le presenta; lo que incluye primordialmente las emociones que se manifiestan ante dichos sucesos y que serán necesarias para conseguir los resultados que se quieren alcanzar (Ormrod, 2006, citado en Loayza, 2019).

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1 Tipo y diseño de la investigación

3.1.1 Tipo de investigación

Por su nivel, el estudio es correlacional, pues como describe Hernández y Mendoza “pretende conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular” (2018, p.109).

3.1.2. Diseño de investigación

Se asume un diseño no experimental, que como afirman Hernández y Mendoza es “todo aquel que se realiza sin la manipulación intencional de variables y solo se observan los fenómenos en su ambiente original para analizarlos” (2018, p.174). Además, no se realizará ninguna manipulación en esta población y/o muestra.

Según su enfoque es un estudio cuantitativo, porque como precisa Hernández y Mendoza “se utiliza cuando queremos estimar las magnitudes de ocurrencia de los fenómenos y probar hipótesis basándose en conteos numéricos y métodos matemáticos” (2018, p. 5).

Según su alcance temporal, es de corte transversal, puesto que como señalan Hernández y Mendoza “recolecta datos en un solo momento y en un tiempo único” (2018, p. 176).

3.2 . Población y muestra

“La población es el conjunto de todos los casos que guardarán concordancia con una serie de especificaciones” (Hernández et al., 2018, p.198). En ese aspecto, la población de estudio está constituido por 458 estudiantes de VIII, IX y X V ciclo de la Facultad de Contabilidad y Finanzas de la Universidad Peruana Las Américas, ubicada en el distrito del Cercado de Lima, matriculados en el periodo 2021-II.

“La muestra es un subgrupo de toda la población en general, sobre los cuales se recogerán datos, por lo tanto, debe ser representativa” (Hernández et

al., 2018, p. 196). Es así que la muestra para este estudio estuvo conformada por 210 participantes.

El muestreo empleado para esta investigación es de tipo probabilístico-aleatorio simple; pues se elegirá totalmente al azar entre todos los participantes que forman parte de la población. A continuación, se enumeran los criterios de inclusión y exclusión para la muestra:

Criterios de inclusión

1. Estudiantes de la Universidad Peruana Las Américas.
2. Cursando VIII, IX y X ciclo.
3. Pertenecientes a la Facultad de Contabilidad y Finanzas.
4. De ambos sexos.
5. Estudiantes que acepten participar voluntariamente.

Criterios de exclusión

1. Se excluyen de la muestra, aquellos participantes que llenen de manera incorrecta ambos instrumentos.
2. Estudiantes egresados.
3. estudiantes no pertenecientes de la Facultad de Contabilidad y Finanzas.
4. Estudiantes que no que acepten participar voluntariamente.

Tabla 1

Frecuencia y porcentaje de los estudiantes por ciclo académico

Variable	Categoría	fi	hi%
Ciclo académico	VIII	60	29%
	IX	62	30%
	X	88	41%

3.3. Hipótesis

3.3.1. Hipótesis general

H_G Existe relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

H_o No existe relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

3.3.2. Hipótesis específicas

He_1 Existe relación entre aceptación/control de situaciones y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

H_o No existe relación entre la aceptación /control de situaciones y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

He_2 Existe relación entre la autonomía y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

H_o No existe relación entre la autonomía y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

He_3 Existe relación entre los vínculos y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

H_o No existe relación entre los vínculos y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

He_4 Existe relación entre los proyectos y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

He_o No existe relación entre los proyectos y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.

3.4. Variables - Operacionalización

Tabla 2*Matriz de operacionalización de la variable bienestar psicológico*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Escalas de medición
Bienestar psicológico	Forman elementos cognitivos y afectivos que se relacionan con la satisfacción vital y la afectividad positiva.	Escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS – A; Casullo y Castro, 2002)	Aceptación/control	2-11-13	Ordinal: De acuerdo
			Autonomía	4-9-12	Ni de acuerdo ni
			Vínculos	4-7-8	en desacuerdo
			proyectos	1-3-6-10	En desacuerdo

Tabla 3*Matriz de operacionalización de la variable autoeficacia*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Escalas de medición
Autoeficacia	Es la percepción y sentimiento de confianza en las habilidades y capacidades para dirigir óptimamente estresores que se presenten en la vida (Baessler y Schwarzer, 1996 citado en Dominguez, et al., 2018).	Escala de Autoeficacia general (EAG), Baessler y Schwarzer,	Uni-dimensional	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10	Ordinal: Incorrecto (1) Apenas cierto (2) Más bien cierto (3) Cierto (4)

3.5. Métodos y técnicas de investigación

El método utilizado en esta investigación es el hipotético - deductivo, que consiste según Popper (2008, citado en De Lira, 2015) en la generación de hipótesis en base a dos premisas, una universal y otra empírica para conducirlo a una contrastación empírica.

La técnica utilizada es la encuesta. A lo mencionado por Sánchez, Reyes y Mejía, las encuestas son “instrumentos de recolección de datos formado por un conjunto de reactivos cuyo objetivo es recabar información factual en una muestra determinada” (2018, p.59)

Para Hernández y Mendoza, “todo instrumento de recolección de datos cuantitativo debe reunir tres requisitos esenciales: confiabilidad, validez y objetividad” (2018, p.228).

A continuación, se expone los siguientes instrumentos utilizados para este estudio:

3.5.1. Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS – A)

Descripción general de instrumentos.

Esta escala fue elaborada por la investigadora María Martina Casullo y se encuentra adaptada para la población peruana por Dominguez et al., (2012). El objetivo de este instrumento consiste en medir los niveles del bienestar psicológico en adultos mayores de 18 años. En cuanto a su estructura, el instrumento cuenta con 13 ítems. Se encuentran agrupadas en 4 dimensiones como: (3 ítems) aceptación/control, (3 ítems) autonomía, (3 ítems) vínculos y (4 ítems) proyectos. Las opciones de respuesta son: de acuerdo, ni de acuerdo ni en desacuerdo y en desacuerdo. Tiene una duración de diez minutos para su aplicación. Su puntaje va desde los 13 puntos(mínimo) hasta los 39 puntos (máximo).

Aspectos psicométricos.

Casullo y Castro (2002) realizaron un estudio psicométrico que estuvo conformado por 359 adultos argentinos (178 mujeres y 181 hombres), con edades que oscilaban entre 19 a 61 años. El resultado para confiabilidad de la escala fue de .74 en el alfa de Cronbach; en cuanto a la validez, se hallaron correlaciones positivas en comparación con otras pruebas que median los mismos constructos.

Validez y confiabilidad.

Para la validez y confiabilidad del instrumento, Montes (2018) en su estudio psicométrico sobre la Escala de Bienestar Psicológico de Casullo obtuvo .776 en el alfa de Cronbach para la confiabilidad; asimismo, en las dimensiones: aceptación .566, control de situaciones .598, vínculos .563 y proyectos .598. Con respecto a la validez del instrumento, estableció correlaciones entre los índices de sus dimensiones y el índice total, obteniendo resultados altamente significativos a nivel $p < .01$.

Tomateo (2019) en su estudio psicométrico sobre la Escala de Bienestar Psicológico de Casullo, obtiene .732 de alfa de Cronbach para la confiabilidad, así como para sus respectivas dimensiones: control de situaciones .732, vínculos .490, proyectos .639 y aceptación .621. En cuanto a la validez de la escala fue determinado por medio de las correlaciones ítem-test, siendo su resultado altamente significativo $p < .01$, lo cual indica la confirmación de validez del instrumento.

3.5.2. Escala de Autoeficacia General (EAG)

Descripción general de instrumentos

La Escala de Autoeficacia General (EAG) fue creada por Baesslet y Schwarzer en Alemania en el año 1981. El propósito de la escala consiste en evaluar la competencia individual para el desempeño eficaz de un conjunto de circunstancias estresantes. Inicialmente estuvo compuesta por 20 ítems y posteriormente fue reducida a 10. La primera aplicación fue en una muestra de 420 personas (incluyendo

mujeres y varones) con edades fluctuantes entre 23 y 28 años. En cuanto a su estructura, está formada por respuestas con un formato tipo Likert de 4 alternativas: incorrecto – 1, apenas cierto – 2, más bien cierto – 3, cierto – 4. El puntaje mínimo del instrumento es de 10 puntos y el máximo es de 40 puntos. (Sanjuán et al., 2000).

Aspectos psicométricos.

Baessler y Schwarzer realizaron sus estudios psicométricos y reportaron un alfa de Cronbach de .81; además, en el análisis de componentes principales, refirió la ventaja de extraer un único elemento que exponía el 39% de la varianza total. Diversos países estudiaron la escala y obtuvieron resultados satisfactorios en cuanto a su confiabilidad y homogeneidad, debido a que se hallaron características semejantes en culturas diferentes. La versión en español de la escala fue validada en Costa Rica en el año 1998, en una muestra de 959 estudiantes universitarios (incluyendo varones y mujeres), y se consiguió un coeficiente Alfa de Cronbach de .78 (Sanjuán et al., 2000).

Validez y confiabilidad.

En cuanto a las propiedades psicométricas en nuestro país, los estudios realizados por Alcalde (1998, citado en Espinoza, 2016) en estudiantes de 17 y 20 años de edad, de la ciudad de Lima; validó la escala a través de la correlación de ítems test, dichos datos son muy homogéneos a la realidad peruana; y en el alfa de Cronbach indicó un índice de confiabilidad de 0.79.

Tomateo (2019) en su estudio psicométrico sobre la Escala de Autoeficacia General (EAG), obtuvo del alfa de Cronbach un coeficiente de .822, lo cual es considerado apropiado. En cuanto a la validez obtuvo valores altamente significativos $p < .01$. mediante la correlación ítem-test.

3.6. Procesamiento y análisis de datos

La recopilación de los datos contó con el consentimiento informado de los estudiantes una universidad privada del Cercado de Lima. Se presentó los instrumentos psicológicos como: la Escala de Bienestar Psicológico de Casullo (BIEPS –A) de Casullo y la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer en formularios de Google Forms, los cuales contaron con una detallada explicación para la solución de los mismos. Posterior a la recolección de los datos, se utilizó el programa estadístico SPSS versión 25.

CAPÍTULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

Tabla 4

Prueba de normalidad de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones

	<i>n</i>	<i>K-S</i>	<i>p</i>
Bienestar psicológico	210	.142	.000
Dimensión aceptación/control	210	.342	.000
Dimensión autonomía	210	.171	.000
Dimensión vínculos	210	.196	.000
Dimensión proyectos	210	.332	.000

En la tabla 4 para la prueba de normalidad de la variable bienestar psicológico por medio del estadístico de Kolmogorov-Smirnov se observa el valor $p < .01$, lo que indica una distribución no normal en los datos. De igual forma, para las dimensiones aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos mostraron un valor $p < .01$, lo cual determina que no se aproximan a una distribución normal.

Tabla 5

Prueba de normalidad de la variable autoeficacia (unidimensional)

	<i>n</i>	<i>K-S</i>	<i>p</i>
Autoeficacia (unidimensional)	210	.129	.000

En la tabla 5 para la prueba de normalidad de la variable autoeficacia por medio del estadístico de Kolmogorov-Smirnov se observa el valor $p < .01$, lo que indica una distribución no normal en los datos.

Tabla 6*Medidas descriptivas de la variable bienestar psicológico y dimensiones*

Variable	M	D.E
Bienestar psicológico	2.04	.797
Aceptación / control	2.74	.441
Autonomía	2.36	.604
Vínculos	2.56	.526
proyectos	2.88	.325

En la tabla 6, para la variable bienestar psicológico se visualiza que el valor de la media es de 2.04 con una desviación estándar de .797; en cuanto a sus dimensiones, se percibe que la dimensión aceptación/control obtuvo una media de 2.74 con una desviación estándar de .441; para la dimensión autonomía alcanzó una media de 2.36 con una desviación estándar de .604; en cuanto a la dimensión vínculos obtuvo una media de 2.56 con una desviación estándar de .526 y en la dimensión proyectos alcanzó una media de 2.88 con una desviación estándar de .325.

Tabla 7*Frecuencia y porcentaje de los niveles del bienestar psicológico*

Niveles	fi	Hi%
Bajo	62	29.5%
Medio	77	36.7%
Alto	71	33.8%
Total	210	100.0%

En la tabla 7, en los niveles del bienestar psicológico se evidencia que, del total de los encuestados, el 36.7% (77) de los estudiantes se encuentran en un nivel medio, un 33.8% (71) en un nivel alto y el 29.5% (62) un nivel bajo.

Tabla 8

Frecuencia y porcentaje de los niveles de la dimensión aceptación/control del bienestar psicológico

Niveles	fi	Hi%
Bajo	-	-
Medio	55	26.2%
Alto	155	73.8%
Total	210	100.0%

En la tabla 8 para la dimensión aceptación/control de la variable bienestar psicológico, se observa que el 73.8% (155) de los estudiantes se encuentran en un nivel alto, el 26.2% (55) en un nivel medio y ningún estudiante obtuvo un nivel bajo.

Tabla 9

Frecuencia y porcentaje de los niveles de la dimensión autonomía del bienestar psicológico

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	14	6.7%
Medio	107	51.0%
Alto	89	42.4%
Total	210	100.0%

En la tabla 9 para la dimensión autonomía de la variable bienestar psicológico, se visualiza que el 51.0% (107) de estudiantes se encuentran en un nivel medio, el 42.4% (89) en un nivel alto y el 6.7% (14) en un nivel bajo.

Tabla 10

Frecuencia y porcentaje de los niveles de la dimensión vínculos del bienestar psicológico

Niveles	fi	Hi%
Bajo	3	1.4%
Medio	87	41.4%
Alto	120	57.1%
Total	210	100.0%

En la tabla 10 para la dimensión vínculos del bienestar psicológico, se observa que el 57.1% (120) de los estudiantes de encuentran en un nivel alto, el 41.4% (87) en un nivel medio y el 1.4% (8) en un nivel bajo.

Tabla 11

Frecuencia y porcentaje de los niveles de la dimensión proyectos del bienestar psicológico

Niveles	fi	Hi%
Bajo	-	-
Medio	25	11.9%
Alto	185	88.1%
Total	210	100.0%

En la tabla 11 para la dimensión proyectos de la variable bienestar psicológico, se percibe que el 88.1% (185) de los estudiantes se encuentran en un nivel alto, el 11.9% (25) en un nivel medio y ningún estudiante obtuvo un nivel bajo.

Tabla 12

Medidas descriptivas de la variable autoeficacia

Variable	M	D.E
Autoeficacia	2.71	.453

En la tabla 12, para la variable autoeficacia, se visualiza que el valor de la media es de 2.71 con una desviación estándar de .453.

Tabla 13

Frecuencia y porcentaje de los niveles de la variable autoeficacia - unidimensional

Niveles	fi	Hi%
Bajo	-	-
Medio	60	28.6%
Alto	150	71.4 %
Total	210	100.0%

En la tabla 13 en los niveles de la variable autoeficacia, se observa que el 71.4% (150) de los estudiantes se encuentran en un nivel alto y el 28.6% (60) en un medio.

4.2. Contrastación de hipótesis

Tabla 14

Medida de correlación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia

		Autoeficacia
Bienestar psicológico	<i>rho</i>	.628
	<i>p</i>	.000

Nota: rho=coeficiente de correlación de Spearman, p=probabilidad de significancia.

En la tabla 14, se puede visualizar que mediante la correlación de Spearman las variables bienestar psicológico y la autoeficacia muestran que existe una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación alta ($rho=.628$, $p < 0.01$). Considerando estos resultados, se puede afirmar que a mayor bienestar psicológico mayor autoeficacia en la muestra de estudio, por lo tanto, se acepta la hipótesis general.

Tabla 15

Medida de correlación entre aceptación/control y la autoeficacia

		Autoeficacia
Aceptación/control	<i>rho</i>	.438
	<i>p</i>	.000

En la tabla 15, se puede visualizar que mediante la correlación de Spearman la dimensión aceptación/control y la autoeficacia muestran que existe una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación moderada ($rho=.438$, $p < 0.01$). Considerando estos resultados, se puede afirmar que a mayor aceptación/control existe mayor autoeficacia en la muestra de estudio.

Tabla 16*Medida de correlación entre autonomía y la autoeficacia*

		Autoeficacia
Autonomía	<i>rho</i>	.333
	<i>p</i>	.000

En la tabla 16, se puede visualizar que, mediante la correlación de Spearman, la dimensión autonomía y la autoeficacia muestran que existe una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación baja ($\rho=.333$, $p < 0.01$). Considerando estos resultados, se puede afirmar que a mayor autonomía existe mayor autoeficacia en la muestra de estudio.

Tabla 17*Medida de correlación entre vínculos y la autoeficacia*

		Autoeficacia
Vínculos	<i>rho</i>	.395
	<i>p</i>	.000

En la tabla 17, se puede visualizar que mediante la correlación de Spearman la dimensión vínculos y la autoeficacia muestran que existe una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación baja ($\rho=.395$, $p < 0.01$). Considerando estos resultados, se puede afirmar que, a mayores vínculos, mayor es la autoeficacia en la muestra de estudio.

Tabla 18*Medida de correlación entre proyectos y la autoeficacia*

		Autoeficacia
Proyectos	<i>rho</i>	.484
	<i>p</i>	.000

En la tabla 18, se puede visualizar que mediante la correlación de Spearman la dimensión proyectos y la autoeficacia muestran que existe una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación moderada ($\rho=.388$, $p < 0.01$). Considerando estos resultados, se puede afirmar que a mayores proyectos se evidencia mayor autoeficacia en la muestra de estudio.

CAPÍTULO V
DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones

De acuerdo al objetivo general de la investigación: establecer la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima”, los resultados conseguidos en la tabla 14, muestran una correlación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de grado alto ($\rho=.628$, $p < 0.01$) entre el bienestar psicológico y la autoeficacia, lo que indica que los estudiantes que tienen un nivel de bienestar psicológico mayor, evidencian también una mayor autoeficacia, datos que al ser contrastados con Hussein (2020) concluyó que para ambas variables se encontró una correlación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de grado moderado entre el bienestar psicológico y la autoeficacia.

Asimismo, Espinoza y Barra (2018) evidenciaron que la autoeficacia mantiene una correlación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de grado alto con el bienestar psicológico. De la misma manera, Siddiqui (2015) concluyó que la autoeficacia mantiene una correlación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de grado moderado en estudiantes varones y estudiantes mujeres. El hecho de encontrar resultados similares en estas investigaciones desarrolladas en un contexto sociocultural distinta a la nuestra, se afirma que el bienestar psicológico efectivamente mantiene una relación muy significativa con la autoeficacia. Lo expuesto puede explicarse en base a la teoría de Bandura (1987) sobre la autoeficacia, quien refiere que mantener una percepción de eficacia de sí mismo generaría un beneficio a nuestro crecimiento como persona y a nuestra autorrealización.

Estos hallazgos indicarían que aquellos sujetos que tienen una percepción deficiente de eficacia, tienden a convivir con el temor para asumir retos o situaciones

que le produzcan disgustos, y por consecuencia experimentan un estado de bloqueo. Araque (2014) refiere que la autoeficacia induce la salud e interviene en la capacidad para asumir eventos estresantes, que ponen a funcionar los sistemas fisiológicos. De la misma manera, Busot (1990), indica que los individuos que se perciben incapaces para afrontar situaciones complicadas, manifiestan dificultades para resurgir ante las adversidades y generalmente, suelen sufrir de estrés o depresión, perjudicando de esa forma su bienestar.

En cuanto al objetivo específico uno: establecer la relación entre aceptación/control y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima, los resultados obtenidos en la tabla 15, muestran la existencia de una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación moderada ($\rho=0.438$, $p < 0.01$) entre la aceptación/control y la autoeficacia; lo cual indica que los estudiantes que tienen un nivel de aceptación/control mayor, evidencian también una mayor autoeficacia, datos que al ser contrastados con Ferradas y Freire (2019), concluyeron que el dominio del entorno (aceptación/control) mantiene una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de grado moderado ($\rho=0.51$, $p < 0.01$) con la autoeficacia.

Asimismo, More (2020) concluyó que la aceptación/control mantiene una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de grado bajo ($\rho=0.295$, $p < 0.01$) con la autoeficacia; además, Canto (2020) concluyó que el auto-concepto (aceptación/control) mantiene una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de grado muy alto ($\rho=0.852$, $p = .000$) con la autoeficacia. Por último, Veliz et al. (2016) concluyeron que las dimensiones del auto-concepto (aceptación/control) mantienen una relación positiva con la autoeficacia. Con estos datos se afirma que la aceptación/control mantiene una relación significativa con la autoeficacia.

Esta relación entre la dimensión aceptación/control del bienestar psicológico y la variable autoeficacia estudiada desde la investigadora Ryff (1989 Del Valle et al., 2015), en su modelo multidimensional constituido por seis dimensiones, señala que la aceptación es la dimensión más importante del bienestar psicológico, que consiste en el nivel en que el individuo se halla satisfecho consigo mismo y que posee conocimiento sobre sus fortalezas y sus limitaciones. Por otro lado, Olivari y Urra (2007) indican que los individuos que mantienen una percepción alta de su mismos, suelen manifestar conductas saludables; asimismo, tienen mayores posibilidades de dirigirse exitosamente hacia el cumplimiento de sus propósitos, metas, de desarrollarse como personas; además, experimentan rangos elevados de bienestar psicológico.

Por su parte, Bandura (1992, citado en Busot, 1990) señala la importancia de los pensamientos y sentimientos entorno a uno mismo, pues indica que estos juegan un rol primordial en el desarrollo personal y social del sujeto, en la medida en que ello influye en el comportamiento; para Grembowski (1993, citado en Olivari y Urra, 2007) los individuos con altos niveles de autoeficacia tienden a involucrarse más en conductas saludables (prevenir el estrés, depresión, ansiedad) y experimentan una mejor recuperación ante enfermedades.

En el objetivo específico dos: establecer la relación entre la autonomía y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima, los resultados obtenidos en la tabla 16 muestran una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación baja ($\rho = .333$, $p < 0.01$) entre la autonomía y la autoeficacia, lo cual indica que los estudiantes que tienen un nivel de autonomía mayor, evidencian también una mayor autoeficacia, datos que al ser contrastados con More (2020) concluyó que la autonomía mantiene una relación

estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de grado moderado con la autoeficacia; asimismo, Chávez (2016) concluyó que la autonomía mantiene una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de grado bajo con la autoeficacia. Con estos resultados se afirma que la autonomía se relaciona con la autoeficacia.

Dichos resultados concuerdan con lo revisado en la literatura científica en referencia a lo mencionado. Para Páramo et al. (2012) indican que un individuo con autonomía, mantiene un nivel alto de determinación, no se deja influenciar por la presión social y controla adecuadamente su comportamiento; con estos atributos, el sujeto alcanza su independencia individual y experimentará rangos altos de bienestar psicológico. Por su parte, Casullo (2002) señala que el individuo con niveles altos en esta dimensión, tiene la capacidad para tomar decisiones de modo independiente y confía en su propio criterio; características que son importantes en la percepción de autoeficacia. Por el contrario, aquel sujeto con niveles deficientes en esta dimensión tiende a la inestabilidad emocional, dependencia y dificultad para poder tomar decisiones; además, de la preocupación excesiva por lo que piensen los demás.

En el objetivo específico tres: establecer la relación entre los vínculos psicosociales y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima, los resultados obtenidos en la tabla 17 muestran la existencia de una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación baja ($\rho=.395$, $p < 0.01$) entre los vínculos psicosociales y la autoeficacia, lo cual indica que los estudiantes que tienen un nivel de vínculos psicosociales mayor, evidencian también una mayor autoeficacia, datos que al ser contrastados con Espinoza y Barra (2018) concluyeron que las relaciones positivas (vínculos psicosociales) mantienen una relación estadísticamente muy significativa de tipo positiva y de grado moderado

($\rho=0.40$, $p < 0.01$) con la autoeficacia; asimismo, Chávez (2016) concluyó que las relaciones positivas (vínculos psicosociales) muestran una relación estadísticamente muy significativa de tipo positiva y de grado muy bajo ($r=.154$, $p= .000$) con la autoeficacia.

Con estos resultados se afirma que los vínculos psicosociales se relacionan con la autoeficacia. Al respecto, tal y como señala Bandura (1989), nuestros procesos afectivos y nuestras habilidades sociales son influenciadas por nuestra percepción de autoeficacia, que forma el cimiento de toda decisión ante alguna tarea, conducta, esfuerzo o cualidades individuales relacionados con la persistencia o de la capacidad para superar exitosamente las dificultades, desgracias y frustraciones latentes en el ciclo vital. De la misma manera, Alucio y Revellino (2011) señalan que los jóvenes con niveles altos de asertividad (cualidad para formar vínculos), mantienen un nivel alto de autoeficacia y esto se manifiesta en la capacidad para lograr un buen desempeño para las competencias comunicacionales y sociales.

En el objetivo específico cuatro: establecer la relación entre los proyectos y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima, los resultados obtenidos en la tabla 18 muestran la existencia de una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado de relación moderada ($\rho=.484$, $p < 0.01$) entre los proyectos y la autoeficacia, lo cual indica que los estudiantes que tienen un nivel de mayor de proyectos, evidencian también una mayor autoeficacia, datos que al ser contrastados con Lamas y Rosales (2017) concluyeron que los propósitos en la vida (proyectos) mantienen una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva, y de grado bajo ($\rho=.336$, $p= .000$) con la autoeficacia; además, Chávez (2016) concluyó que los propósitos en la vida (proyectos), mantienen una relación estadísticamente muy significativa de tipo

positiva, y de grado moderado ($r = .426$, $p < .01$) con la autoeficacia. Con estos resultados se afirma que los proyectos se relacionan con la autoeficacia.

Dichos resultados concuerdan con lo examinado en la literatura científica puesto que para Aluicio y Revellino (2011) indican que la autoeficacia se relaciona positivamente con los proyectos, debido a que justamente las personas con un nivel alto de autoeficacia se trazan metas muy altas, además suelen ser más constantes en sus actividades para conseguirlas, por lo que tienden a conseguir un mayor éxito en comparación a individuos con niveles bajos de autoeficacia.

En base a ello, Casullo (2002) señala que los individuos con metas y proyectos, poseen un mayor sentido en la vida. Por otro lado, los sujetos con bajos niveles de proyectos que carecen del sentido de la vida, tienen metas deficientes y no pueden trazarse propósitos. De la misma manera, Díaz et al., (2006) indica que los individuos precisan tener objetivos a lo largo de sus vidas, puesto que favorecerá para darles un sentido de vivir, que le ayudarán a desplegar y efectuar estrategias eficaces que les permitan sostener propósitos permanentes.

Los resultados de este estudio, sugieren un abordaje para mejorar los niveles de autoeficacia en los estudiantes universitarios. Por lo tanto, los programas de intervención deben contribuir en el progreso de los procesos afectivos y cognitivos que están vinculados con estrategias efectivas para las demandas académicas.

Por otro lado, es significativo precisar que los resultados de este estudio, han de ser interpretados con cautela, puesto que es de naturaleza transversal y no establece relaciones de causalidad entre el bienestar psicológico y la autoeficacia. Sin embargo, la investigación revela datos que indican la importancia de los aspectos psicológicos afectivos y cognitivos frente a la autoeficacia (percepción de eficacia de sí mismo) en estudiantes universitarios.

5.2. Conclusiones

1. Respecto al análisis de las correlaciones y el nivel de significación del bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima, se evidencia relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de un grado alto ($\rho=.628$, $p < 0.01$). Es decir, a mayor bienestar psicológico mayor autoeficacia. Por lo tanto, se acepta la hipótesis general alternativa.
2. En cuanto al objetivo específico uno, los resultados indican que el 36.7% (77) de los estudiantes se encuentran en un nivel medio de bienestar psicológico, el 33.8% (71) se encuentran en el nivel alto y el 29.5 % (62) se ubican en un nivel bajo. Respecto a la dimensión aceptación/control, el 73.8% (155) se ubica en un nivel alto y el 26.2 % (55) en un nivel medio. En la dimensión autonomía, el 51.0% (107) se ubica en un nivel medio, el 42.4% (89) en un nivel alto y un 6.7% (14) en un nivel bajo. En la dimensión vínculos, el 57.1% (120) se ubica en un nivel alto y el 41.4% (87) se encuentra en un nivel medio. Y en la dimensión proyectos, el 88.1% (185) se encuentra en un nivel alto y el 11.9% (25) se ubica en un nivel medio.
3. Con respecto al objetivo específico dos, los resultados indican que el 71.4% (150) de los estudiantes presentan un nivel alto de autoeficacia y el 28.6% (60) presenta un medio.
4. Con respecto al objetivo específico tres, se concluye que existe una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de un grado moderado entre la dimensión aceptación/control y la autoeficacia. Considerando estos resultados, se puede afirmar que a mayor aceptación/control, mayor autoeficacia. Por lo tanto, se acepta la hipótesis específica alternativa.

5. En cuanto al objetivo específico cuatro, se concluye que existe una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y de un grado bajo entre la dimensión autonomía y la autoeficacia. Considerando estos resultados, se puede afirmar que, a mayor autonomía, mayor autoeficacia. Por lo tanto, se acepta la hipótesis del estudio.
6. Para el objetivo específico cinco, se concluye que existe una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado bajo entre la dimensión vínculos psicosociales y la autoeficacia. Considerando estos resultados, se puede afirmar que a mayor vínculos psicosociales mayor autoeficacia. Por lo tanto, se acepta la hipótesis del estudio.
7. Con respecto al objetivo específico seis, se concluye que existe una relación estadísticamente muy significativa, de tipo positiva y con un grado moderado entre la dimensión proyectos y la autoeficacia. Considerando estos resultados, se puede afirmar que a mayor proyectos mayor autoeficacia. Por lo tanto, se acepta la hipótesis del estudio.

5.3. Recomendaciones

1. Se sugiere a la institución implementar y desarrollar programas psicológicos en donde puedan incluir charlas o sesiones a los estudiantes de cada ciclo que incluyan temas de bienestar psicológico, tales como: auto-aceptación, dominio del entorno, establecimiento de metas, fortalecimiento de habilidades sociales, desarrollo de la autonomía, etc. Estas charlas deberán realizarse por lo menos una vez al mes para mejorar el bienestar psicológico de los estudiantes.
2. Se sugiere a los estudiantes fortalecer su auto-aceptación, ya que este aspecto es el cimiento para contribuir con una mejor percepción del

bienestar psicológico. Las actividades como: cambiar pensamientos negativos de uno mismo a pensamientos más realistas y optimistas, aceptarse y cuidarse físicamente, valorar sus fortalezas y aceptar sus debilidades, podrían contribuir al establecimiento de una adecuada aceptación de sí mismo.

3. Para futuras investigaciones se sugiere realizar un estudio de tipo correlativo causal con las mismas variables a estudiantes universitarios, de esta manera se podrá conseguir un conocimiento más amplio en la población universitaria.

REFERENCIAS

- Aluicio, A. y Revellino, M. (2011). Relación entre autoeficacia, autoestima, asertividad, y rendimiento académico, en estudiantes que ingresaron a Terapia Ocupacional, el año 2010. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 11(2), 3-7. doi.org/10.5354/0719-5346.2011.17775
- Araque, R. (2014). *Autoeficacia en la práctica instrumental de los estudiantes que asisten al programa de la orquesta sinfónica infantil y juvenil de Siloé, comuna 20 de la ciudad de Cali, año 2013* [Tesis de pregrado, Universidad del Valle]. Repositorio de la Universidad del Valle. <https://1library.co/document/q5pg2dgy-autoeficacia-pr%C3%A1ctica-instrumental-carolina-instituto-psicologia-psic%C3%B3logo-universidad.html>
- Bandura, A., O'Leary, A., Taylor, C. B., Gauthier, J. y Gossard, D. (1987). Perceived self-efficacy and pain control: Opioid and nonopioid mechanisms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(3), 563–571. doi.org/10.1037/0022-3514.53.3.563
- Barraza, A. (2004). El estrés académico en los alumnos de postgrado. *Revista Psicología Científica.com*, 6(2). <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-postgrado/>
- Brenlla, M. y Vázquez, N. (2010). *Análisis psicométrico de la adaptación Argentina de la Escala de Locus de Control de Rotter* [Tesis doctoral, Pontificia Universidad Católica de Argentina]. Repositorio de la Pontificia Universidad Católica de Argentina. https://www.researchgate.net/profile/ElenaBrenlla/publication/272490403_Analisis_Psicometrico_de_la_adaptacion_argentina_de_la_escalade_Locus_de_Control_de_Rotter/links/54e619dc0cf277664ff2c7ad/Analisis-Psicometrico-de-la-adaptacion-argentina-de-la-escalade-Locus-de-Control-de-Rotter.pdf

- Busot, I. (1990). Teoría de la auto-eficacia (A. Bandura): Un basamento para el proceso instruccional. *Encuentro Educativo*, 4(1), 53-63.
<https://www.produccioncientificaluz.org/index.php/encuentro/article/view/1090>
- Canto, D. (2020). *Inteligencia emocional, autoconcepto y autoeficacia en estudiantes de una Universidad Pública. Lima, 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. Repositorio de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.
<https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/5022/Daniel%20Bernardo%20CANTO%20ESPINOZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Canto, J. (1998). Autoeficacia y educación. *Artículos y ponencias*, 2(18).
<https://acortar.link/BoKYgk>
- Carrasco, M. y Del Barrio, M. (2002). Evaluación de la autoeficacia en niños y adolescentes. *Psicothema*, 14(2), 323-332.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72714221>
- Cartagena, M. (2008). Relación entre la autoeficacia en el rendimiento escolar y los hábitos de estudio en el rendimiento académico en alumnos de secundaria. *REICE - Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 6(3), 59-99. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55160304>
- Casullo, M. y Castro, A. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1), 35-68.
<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840>
- Chau, C. y Vilela, P. (2017). Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco. *Revista de Psicología*, 35 (2).
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472017000200001

- Chávez, E. (2016). *Bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Unión Juliaca*, 2016 [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de la Universidad Peruana Unión. <https://bit.ly/3CoUBtd>
- Chirinos, K. (2017). *Autoeficacia y bienestar psicológico en trabajadores de una empresa privada de Lima Norte*, 2017 [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la universidad de César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/3226>
- Cortez, A. (2016). Programa para fortalecer la habilidad de afrontamiento a la ruptura de pareja en adolescentes de ambos sexos de 15 a 17 años de edad a través de la Unidad Educativa Natalia Palacios de la Ciudad de La Paz. *CE, Cochabamba*, 7(16), 21-24.
http://www.revistasbolivianas.org.bo/scielo.php?pid=S2075-89522016000100004&script=sci_arttext&tIng=es
- Covarrubias, C. y Mendoza, M. (2013). Teoría de autoeficacia y desempeño docente: El Caso de Chile. *Estudios Hemisféricos y Polares*, 4(2), 107-123. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4457452>
- Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003). Bienestar subjetivo: hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología*, 12 (1), 83-96. doi.org/10.5354/0719-0581.2003.17380
- Cuenca, N., Robladillo L., Meneses, M. y Suyo, J. (2020). Salud mental en adolescentes universitarios Latinoamericanos: Revisión sistemática. *Revistas médicas AVFT*, 39(6), 689-695. https://www.revistaavft.com/images/revistas/2020/avft_6_2020/3_salud_mental_adolescentes.pdf

- De Lira, J. (2015). *Karl Popper: Controversias en filosofía de la ciencia* (2ª ed.). Universidad Autónoma de Aguascalientes. https://editorial.uaa.mx/docs/ve_popper.pdf
- De Quijano, S. y Navarro, J. (2012). La autoeficacia y la motivación en el trabajo. *Apuntes de Psicología*, 30(1-3), 337-349. <http://apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/416/336#>
- Del Valle, M., Hormaechea, F. y Urquijo, S. (2015). El Bienestar Psicológico: Diferencias según sexo en estudiantes universitarios y diferencias con población general. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(3), 6-13. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333443343003>
- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C. y Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72718337>
- Dominguez, L., Yauri, C., Matos E. y Ramírez F. (2012). Propiedades psicométricas de una escala de autoeficacia para situaciones académicas en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología*, 2(1), 27-40. <https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/8>
- Espada, J., González, M., Orgilés, M y Carballo, J. y Piqueras, J. (2012). Validación de la Escala de Autoeficacia General con adolescentes españoles. *Revista Electrónica de Investigación en Psicología de la Educación*, 10 (1), 355-370. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293123551018>
- Espinoza, C. y Barra, E. (2018). Autoeficacia, apoyo social y bienestar psicológico en estudiantes universitarios asmáticos. *Revista de Psicología*. 14(28), 141-147.

https://www.researchgate.net/publication/332569758_Autoeficacia_apoyo_social_y_bienestar_psicologico_en_estudiantes_universitarios_asmaticos

Espinoza, V. (2016) *Bienestar psicológico y autoeficacia percibida en adolescentes institucionalizados por situación de abandono* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio de la Pontificia Universidad Católica del Perú.
<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/7167>

Ezaine, M. (2019). *Bienestar psicológico en estudiantes universitarios, con pareja y sin pareja de las facultades de una universidad privada de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio de la Universidad Privada Antenor Orrego.
https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/5852/1/RE_PSICO_MARIA.EZAINA_BIENESTAR.PSICOLOGICO_DATOS.pdf

Fernández, M., Pérez, M. y Gonzales, H. (2013). Efecto del Flujo y el Afecto positivo en el bienestar psicológico. *Boletín de Psicología*, (107), 71-90.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4199795>

Freire, C. y Ferradas, M. (2019). Relación entre percepción de dominio del ambiente y autoeficacia en estudiantes universitario. *Revista INFAD de Psicología*, 5(1), 381-390. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1613/1405>

García, F., Manquián, E. y Rivas G. (2016). Bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento y apoyo social en cuidadores informales. *Psicoperspectivas*, 15(3), 101-111. http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242016000300010&lng=es&tlng=e

García, J. (2016). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *Salud y sociedad*, 4(1), 48-58. doi.org/10.22199/S07187475.2013.0001.00004

- Guzmán, J. y Reyes, M. (2018). Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruano. *Revista de Psicología*, 36(2), 719-750. <http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v36n2/a13v36n2.pdf>
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixtas*. McGraw-Hill Education.
- Hussein, M. (2020). Investigate the Relationship between Psychological Well-being, Self-efficacy and Positive Thinking at Prince Sattam Bin Abdulaziz University. *International Journal of Higher Education*, 9(4), 138-152. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1258951.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2016, setiembre). *Más de 8 millones de jóvenes viven en el Perú*. <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/mas-de-8-millones-de-jovenes-viven-en-el-peru-9325/>
- Jiménez, M. (2008). Bienestar psicológico y hábitos saludables: ¿Están asociados a la práctica de ejercicio físico?. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(1), 185-202. <http://hdl.handle.net/10481/32914>
- Keyes, C. (2005). Mental Illness and/or Mental Health? Investigating Axioms of the Complete State Model of Health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539–548. doi.org/10.1037/0022-006X.73.3.539
- Kohler, J. y Reyes, M. (2010). Teoría de orientación a la meta: Hallazgos y aplicaciones en la educación y la educación física. *Cultura*, 24(24), 1-23. <https://www.revistacultura.com.pe/imagenes/pdf/educacion.pdf>
- Lamas, F y 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]. Repositorio de la Universidad

Autónoma

del

Perú.

<http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/370>

Loayza, D. (2019). *Autoconcepto y autoeficacia percibida en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular de Villa María del Triunfo* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio de la Universidad Nacional Federico Villarreal.

http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2774/UNFV_LOAYZA_GONZALES_DORIS_DYARA_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

López, J. (2017). *Relación entre clima institucional y desempeño docente de los instructores militares en la Escuela Militar de Chorrillos* [Tesis de Maestría, Universidad de Piura]. Repositorio de la Universidad de Piura.
<https://pirhua.udep.edu.pe/handle/11042/2892>

Montes, B. (2018). *Conflicto interparental y bienestar psicológico en diferentes instituciones educativas públicas de Puente Piedra, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad Cesar Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36894/Montes_CBM.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Molina, C., Meléndez, J. y Navarro, E. (2008). Bienestar y calidad de vida en ancianos institucionalizados y no institucionalizados. *Anales de Psicología*, 24(2),312-319. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16711589014>

More, T. (2020). *Bienestar psicológico y autoeficacia en universitarios migrantes en Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.
<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/652108>

- Nevid, J. (2011). *Psicología: Conceptos y aplicaciones*. CENGAGE Learning.
- Olivari, C. y Urra, E. (2007). Autoeficacia y conductas de salud. *Ciencia y enfermería*, 13(1), 9-15. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532007000100002>
- O'Shea, N & Bell, A. (2020, julio). *A Spending Review for wellbeing*. Centro para la salud mental de Reino Unido. <https://www.centreformentalhealth.org.uk/publications/spending-review-wellbeing>
- Organización Mundial de la Salud. (2017, mayo). *Cada año fallecen más de 1,2 millones de adolescentes por causas que, en su mayor parte, podrían evitarse*. OMS. <https://www.who.int/es/news/item/16-05-2017-more-than-1-2-million-adolescents-die-every-year-nearly-all-preventable>
- Organización Mundial de la Salud. (2018, marzo). *Salud mental: Fortalecer nuestras respuestas*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Páramo, M., Straniero, C., García, C., Torrecilla C. y Escalante, E. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10 (1), 7-21. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80124028001>
- Pizarro, J., Fredes, D., Inostroza, C. y Torreblanca, E. (2019). Motivación, satisfacción laboral y estado de flow en los trabajadores de la salud. *Revista Venezolana De Gerencia*, 24(87), 843-859. doi.org/10.37960/revista.v24i87.24640
- Prieto, L. (2007). Autoeficacia del profesorado universitario: Eficacia percibida y práctica docente. *Narcea*, 13(13), 199-209.

<https://revistas.unav.edu/index.php/estudios-sobre-educacion/article/view/25279>

Rodríguez, A. y Goñi-Grandmontagne, A. (2011). La estructura tridimensional del bienestar subjetivo. *Anales de Psicología*, 27(2), 327-332.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16720051008>

Rojas, T. y Lloclla, J. (2021). *Bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/1263>

Ryan, R. y Deci, E. (2000). La teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American Psychological Association*, 55(1), 68-78.
http://www.davidtrotzig.com/uploads/articulos/2000_ryandeci_spanishhampsyh.pdf

Ryff, C. & Singer, B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39. doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0

Salotti, P. (2006). *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires* [Tesina de pregrado, Universidad de Belgrano]. Repositorio de la Universidad de Belgrano. <http://190.221.29.250/handle/123456789/223>

Sánchez, C., Reyes, C. y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*.
<https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>

- Sanjuán, P., Pérez, A. y Bermúdez, J. (2000). Escala de autoeficacia general: datos psicométricos de la adaptación para población española. *Psicothema*, 12 (2), 509-513. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72797116>
- Salas, B., De San Jorge, X., Beverido, P. y Carmona, Y. (2016). La migración interna en estudiantes universitarios. ¿Un riesgo para el consumo de drogas?. *CienciaUAT*, 10(2), 23-32. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-78582016000100023&lng=es&tlng=es
- Shaffer, R. & Kipp, K. (2014). *Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia*, Thomson. <https://bibliotecaalfayomega.com/wp-content/uploads/2019/09/Psicolog%C3%ADa-del-Desarrollo-infancia-y-adolescencia-.pdf>
- Siddiqui, S. (2015). Impacto de la autoeficacia en el bienestar psicológico de estudiantes de pregrado. *Revista Internacional de Psicología India*, 2(3), 5-16. <https://doi.org/10.25215/0203.040>
- Secretaria Nacional de la Juventud (12 de agosto de 2019). *Población peruana*. Ministerio de Educación. <https://juventud.gob.pe/2019/08/jovenes-representan-el-25-de-la-poblacion-peruana/>
- Tomateo, R. (2019). *Bienestar psicológico y autoeficacia en adolescentes de una institución educativa nacional de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio de la Universidad Nacional Federico Villarreal. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/3006>
- Torcomian, G. (2016). Experiencias universitarias en estudiantes migrantes. *Revista IIPSI* 19(2), 49-68. doi.org/10.15381/rinvp.v19i2.12889

- Veliz, A., Dorner, A. y Sandoval, S. (2016). Relación entre auto-concepto, autoeficacia académica y rendimiento académico en estudiantes de salud de Puerto Montt, Chile. *EDUCADI*, 1(1), 97-109. <https://acortar.link/RhJnoh>
- Visdómine, L. y Luciano, C. (2005). Locus de control y autorregulación conductual: revisiones conceptual y experimental International. *Journal of Clinical and Health Psychology*, (6)3, 729-751. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33760313.pdf>
- Vivaldi, F. y Barra, E. (2012). Bienestar Psicológico, Apoyo Social Percibido y Percepción de Salud en Adultos Mayores. *Terapia Psicológica*, 30(2), 23-29. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78523006002>
- Woolfolk, A. (2006). *Psicología educativa* (7^o Ed). Pearson. <https://saberespsi.files.wordpress.com/2016/09/psicologia-educativa-woolfolk-7c2aa-edicion.pdf>
- Wiegold, M. (2019, noviembre). *Adolescentes en el mundo en el 2019*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. <https://www.unicef.org/peru/notas-de-prensa/20-adolescentes-todo-mundo-sufren-trastornos-salud-mental-15-considerado-suicidio>
- Zimmerman, B., Kitsantas, A. y Campillo, M. (2005), Evaluación de la Autoeficacia Regulatoria: Una Perspectiva Social Cognitiva. *Revista Evaluar*, 5(1), 01-21. doi.org/10.35670/1667-4545.v5.n1.537

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título: Bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima?</p>	<p>Objetivo general: Establecer cuál es la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Describir los niveles del bienestar psicológico y sus dimensiones en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima. 2) Describir los niveles de la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima. 3) Establecer cuál es la relación entre el control de situaciones y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima. 4) Establecer cuál es la relación entre la aceptación y la autoeficacia en estudiantes de una 	<p>Hipótesis general: HG: El bienestar psicológico se relaciona con la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.</p> <p>Ho: el bienestar psicológico no se relaciona con la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>He1: Existe relación entre la aceptación/control y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.</p> <p>Ho: Existe relación entre la aceptación/control y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.</p> <p>He2: Existe relación entre los vínculos psicosociales y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.</p>	<p>Variable 1: Bienestar psicológico: será medida a través de las siguientes dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación/control - Autonomía - Vínculos - Proyectos <p>Variable 2: Autoeficacia : será medida a través de las siguientes dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unidimensional 	<p>Tipo de Investigación: Correlacional Diseño de Investigación: No Experimental</p> <p>Población y muestra: La población estuvo formada por 458 estudiantes de VII, IX Y X ciclo de la Facultad de Contabilidad y Finanzas de una universidad privada y la muestra fue de 210 universitarios (ambos sexos).</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos de medición: Escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS – A) de Casullo</p> <p>Escala de Autoeficacia general (EAG) de Baessler y Schwarzer</p>

-
- | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| universidad privada del Cercado de Lima. | Ho: Existe relación entre los vínculos psicosociales y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima. |
| 5) Establecer cuál es la relación entre los vínculos psicosociales y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima. | He3: Existe relación entre autonomía y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima. |
| 6) Establecer cuál es la relación entre autonomía y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima. | Ho: Existe relación entre autonomía y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima.
He4: Existe relación entre los proyectos y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima. |
| 7) Establecer cuál es la relación entre los proyectos y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima. | Ho: Existe relación entre los proyectos y la autoeficacia en estudiantes de una universidad privada del Cercado de Lima. |
-

Anexo 2: Protocolos de los instrumentos
ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO - BIEPS – A (ADULTOS)
MARÍA MARTINA CASULLO

INSTRUCCIONES: Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuesta son:

Estoy de acuerdo(3), ni de acuerdo ni en desacuerdo (2), estoy en desacuerdo (1)

No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con una cruz (aspa) en uno de los tres espacios.

Nº	ITEM	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo
1	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida			
2	Si algo me sale mal pudo aceptarlo, admitirlo			
3	Me importa pensar que haré en el futuro			
4	Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas			
5	Generalmente le caigo bien a la gente			
6	Siento que podre lograr las metas que me propongo			
7	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito			
8	Creo que en general me llevo bien con la gente			
9	En general hago lo que quiero, soy poco influenciable			
10	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida			
11	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar			
12	Puedo tomar decisiones sin dudar mucho			
13	Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias			

ESCALA DE AUTOEFICACIA GENERAL - EGA

BAESSELER Y SCHWARGER

INSTRUCCIONES

Escribe en el espacio correspondiente a cada pregunta, la respuesta que elijas según el número indicado en función en cómo afrontas diferentes problemas y para alcanzar ciertas metas en tu vida. Las alternativas de respuesta son:

incorrecto (1), apenas cierto (2), más bien cierto (3), cierto (4).

Nº	PREGUNTA	RESPUESTA
1	Puedo encontrar la manera de obtener lo que quiero aunque alguien se me oponga	1 2 3 4
2	Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente	1 2 3 4
3	Me es fácil persistir en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar mis metas	1 2 3 4
4	Tengo confianza en que podría manejar eficazmente acontecimientos inesperados	1 2 3 4
5	Gracias a mis cualidades y recursos puedo superar situaciones imprevistas	1 2 3 4
6	Cuando me encuentro en dificultades puedo permanecer tranquilo (a) porque cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles	1 2 3 4
7	Venga lo que venga, por lo general soy capaz de manejarlo	1 2 3 4
8	Puedo resolver la mayoría de los problemas si me esfuerzo lo necesario	1 2 3 4
9	Si me encuentro en una situación difícil, generalmente se me ocurre qué debo hacer	1 2 3 4
10	Al tener que hacer frente a un problema, generalmente se me ocurren varias alternativas de cómo hacerlo	1 2 3 4

Fuente: Escala de Autoeficacia General de Baesslerer y Schwarger (Silva, 2019)

Anexo 3: Ficha técnica de los instrumentos

Ficha técnica: Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-A

Nombre: Escala BIEPS-A

Autores: María Casullo

Año: 2002

Procedencia: Argentina

Tipo de aplicación: Individual

Nº de reactivos: 13

Duración: 10 minutos

Dimensiones: 4

Puntaje y categoría de la Escala BIEBS-A

Puntaje Directo Total	Categoría
51-95	Alto
26-50	Medio
-25	Bajo

Fuente: Páramo et., al (2012)

Ficha técnica: Escala de Autoeficacia General- EAG

Nombre: Escala de Autoeficacia General- EAG

Autores: Matthias Jerusalem y Ralf Schwarzer

Año: 1981

Procedencia: Alemania

Adaptación al español: Baessler y Schwarzer (1996)

Tipo de aplicación: Individual

Nº de reactivos: 10

Duración: 5 minutos

Dimensiones: Unidimensional

Puntaje y categoría de la Escala de Autoeficacia General (EAG)

Puntaje Directo Total	Categoría
30 +	Autoeficacia alta
15-29	Autoeficacia media
10-14	Autoeficacia baja

Fuente: Tay Seng (2020).

Anexo 4: Consentimiento informado (captura)

Sección 1 de 4

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOEFICACIA

Estimado(a) participante, recibe un cordial saludo, mi nombre es Katherine Shirley Guerrero Díaz, bachiller de Psicología. Actualmente, me encuentro realizando una investigación con la finalidad de obtener el título de profesional en Psicología; este estudio tiene como objetivo medir el bienestar psicológico y la autoeficacia en jóvenes de Educación Superior. Tu participación será voluntaria y anónima, los datos entregados serán confidenciales y no se comunicarán a terceras personas, tampoco tiene fines de diagnóstico individual; y esta información recogida se utilizará únicamente para los propósitos de este estudio.

El proceso consta de 2 cuestionarios breves, con una duración aproximadamente de 10 minutos en total. Si tuviera alguna duda sobre el desarrollo de estos cuestionarios comuníquese con: guerrerodiazkatherine@gmail.com.

Cabe mencionar que, debido al contexto en el que nos encontramos, y en respeto al distanciamiento social obligatorio, se le invita a participar de esta investigación completando este formulario virtual. Cuento con tu valiosa colaboración.

¡Gracias de antemano!

Desea participar en esta investigación *

- Sí
- No

Después de la sección 1 Ir a la siguiente sección

Sección 2 de 4

Anexo 5: Reporte de índice de similitud

KATHERINE GUERRERO DIAZ 2

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.autonoma.edu.pe	4%
Fuente de Internet		
2	repositorio.ucv.edu.pe	4%
Fuente de Internet		
3	1library.co	2%
Fuente de Internet		

Anexo 6: Solicitud de permiso para uso de instrumentos

Buscar en el correo electrónico

4 de 2.661

solicitud de permiso Recibidos x

Katherine Guerrero
Solicitud de permiso para uso de Escala de Bienestar Psicológico (Adaptado) Sr, Sergio Dominguez-Lara Yo, Katherine Shirley Guerrero Diaz, Bachiller de psicologo
jue, 26 ago. 23:24 (hace 13 días)

Sergio Dominguez
para mí
mié, 1 sep. 01:06 (hace 7 días)

Estimada Katherine, muchas gracias por el interés. Te envío la escala trabajada en Perú, clave, y artículos donde fue usada.

Además, es bueno agregar que los test como este no tienen manual o algo así ya que son pruebas de difusión académica, no son tests comerciales (como los que vende TEA o MANUAL MODERNO). Podrían elaborarse, sí, pero no fue el objetivo de las investigaciones. En tal sentido, tendrías que enfocarte más en aspectos teóricos y estudios psicométricos para sustentar su uso, y "construir" la ficha técnica (si te la solicitaran) en base a los datos que figuran en los artículos de validación.

Por último, no tiene baremos (que no serían necesarios si vas a trabajar estudios comparativos o correlacionales).

Saludos cordiales.
...
...
Un saludo cordial,
SERGIO DOMINGUEZ LARA

4 archivos adjuntos

W BIEPS BIENESTAR **W CLAVE BIEPS.docx** **Per 2014 Bienestar Psi...** **Per Dominguez, & Med...**

Responder Reenviar