



UNIVERSIDAD
PRIVADA
DEL NORTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“ADAPTACIÓN UNIVERSITARIA Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE
PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE
TRUJILLO”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología.

Autora:

Katherine Evelyn Briceño Espejo

Asesora:

Ma. Romy Angélica Díaz Fernández

Trujillo - Perú

2020

DEDICATORIA

A mis padres que son la base principal para mi educación y quienes junto a mis hermanos mayores y sobrina han servido de ejemplo de superación, principal fuente de apoyo y motivación para continuar frente a los retos y dificultades que se han presentado a lo largo de mi carrera profesional y de la vida.

AGRADECIMIENTO

Agradezco en primer lugar a Dios por permitirme llegar a esta etapa.

A mi madre, quien con toda su bondad y amor está siempre presente en mis diferentes estados emocionales creyendo fielmente en todo lo que puedo llegar a alcanzar y quien es mi inspiración para continuar creciendo como persona.

Agradezco también a mis amigas, las que estuvieron y continúan acompañándome, contribuyendo en mi formación durante la universidad y fuera de ella.

A mis docentes que a lo largo de mi recorrido universitario, constantemente estuvieron buscando reforzar mis conocimientos; en especial a mis dos asesoras, que con paciencia y su apoyo me guiaron en la culminación de este logro, fomentando también el interés hacía la investigación.

TABLA DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTO.....	3
ÍNDICE DE TABLAS.....	5
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	7
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA	19
CAPÍTULO III. RESULTADOS	27
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	33
REFERENCIAS	40
ANEXOS	46

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Correlación entre Adaptación Universitaria y Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo</i>	27
Tabla 2. <i>Correlación entre Adaptación Universitaria: Dimensión Personal y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo</i>	28
Tabla 3. <i>Correlación entre Adaptación Universitaria: Dimensión Interpersonal y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo</i>	29
Tabla 4. <i>Correlación entre Adaptación Universitaria: Dimensión Carrera y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo</i>	30
Tabla 5. <i>Correlación entre Adaptación Universitaria: Dimensión Estudio y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo</i>	31
Tabla 6. <i>Correlación entre Adaptación Universitaria: Dimensión Institucional y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo</i>	32
Tabla 7. <i>Estadísticos descriptivos de las dimensiones de Adaptación Universitaria en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo</i>	51
Tabla 8. <i>Estadísticos descriptivos de las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo</i>	52

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo. Se realizó el estudio según el diseño no experimental, de corte transversal y tipo correlacional con un muestreo censal de 100 estudiantes del segundo ciclo de la carrera de psicología, considerando a varones y mujeres de la edad de 16 a 18 años. Para la recopilación de datos se utilizó el Cuestionario de Vivencias Académicas versión reducida (QVA-r) de Almeida, Soares y Ferreira (2001) y la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J de Casullo y Castro (2000). En relación a los hallazgos se evidenció principalmente que, existe correlación directa con tamaño del efecto moderado entre adaptación universitaria y bienestar psicológico. Este resultado muestra que al propiciar un buen nivel de adaptación universitaria, en cuanto a las competencias, al curso y al contexto se va a generar un óptimo bienestar psicológico, permitiendo a los estudiantes continuar con su crecimiento personal y profesional en concordancia a sus ideales.

Palabras clave: Adaptación universitaria, bienestar psicológico, entorno académico.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Desde las primeras épocas, en una sociedad, todos los individuos se han visto enfrentados a nuevas situaciones, estos han pasado por diversas etapas de cambios, en las cuales se tiene que desarrollar o potenciar ciertas habilidades que permitan generar en ellos un nivel de adaptación. En la actualidad, ocurren aspectos similares en distintos contextos, siendo así uno de ellos, el entorno educativo, en donde los estudiantes de distintos niveles de educación, han tenido que hacer frente al iniciar cada etapa. Una de estas etapas es la universitaria, en la cual muchos estudiantes al pasar por el proceso de transición del colegio a la universidad, experimentan varios aspectos y características psicológicas, las cuales pueden determinar su propio bienestar (Painepán, 2012).

En ese sentido, Chau y Saravia (2014) definen que si el estudiante supera exitosamente y desarrolla apropiadamente ciertos factores referidos al aspecto personal (autoconcepto), al interpersonal, y a la carrera de estudio, poseerán una adecuada adaptación universitaria.

En una encuesta realizada en el contexto internacional, en el país de Argentina, se evidenció que entre 5,000 estudiantes de universidades de todo el país (tanto públicas como privadas) el 58,2 % abandonó la carrera que había elegido en el primer año de estudios y, peor aún, un tercio de éstos directamente los dejó (Benitez, 2012).

A nivel nacional, en una investigación acuñada por la firma Penta Analytics (citado en Gestión, 2017) en el Perú 27% de los ingresantes a una universidad privada abandonan su carrera en el primer año de estudios, y si también se toma en cuenta el total de universitarios que no terminan una carrera, se llega a tasas de deserción de 48%.

Tal es así, que estos porcentajes son preocupantes y a la vez denotan que en su mayoría los estudiantes han presentado dificultades para adaptarse a la vida universitaria, por lo que han optado por abandonar el entorno educativo, sin embargo, se desconoce si dentro de esa situación hay la presencia de factores que afecten su bienestar psicológico.

Según Velásquez et al. (2008) el bienestar psicológico es la percepción subjetiva que tiene un individuo respecto a los logros conseguidos por él, y su grado de satisfacción personal con sus acciones pasadas, presentes y futuras, reflejando el sentir positivo y el pensar constructivo de la persona para consigo mismo (Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999).

En una investigación realizada en una universidad de México, en donde se empleó tres escalas de bienestar psicológico, se observó que los estudiantes de nuevo ingreso se percibían medianamente satisfechos, evidenciándolo en las diversas subescalas: Subjetivo (47.33%), Académico (52.16%) y Material (58.85%), siguiendo con un 42.39% que consideran tener un nivel de bienestar subjetivo alto. Por ello, fueron pocos los estudiantes que consideraban tener un bienestar bajo en las tres sub escalas, siendo el porcentaje de 9.88%, 13.17% y 7.0% respectivamente (Pérez, Ponce, Hernández y Márquez, 2010).

En cuanto a Perú, en un estudio llevado a cabo por Carranza, Hernández y Alhuay (2017) en una universidad privada de Tarapoto, en las diferentes dimensiones que conforman la escala empleada para medir el bienestar psicológico, se encontró que: la mayoría de los estudiantes presentan un nivel de crecimiento personal alto (51.5%), y que las dimensiones de relaciones positivas y dominio del entorno se ubican en una categoría baja (31.7%, 34.2% respectivamente), mientras que, en las dimensiones de autoaceptación, autonomía, crecimiento personal y propósito en la vida están en la categoría promedio, siendo los índices de 43.6%, 54.0%, 42.1% y 46.5 %

respectivamente (p.138). Lo que evidencia que el bienestar psicológico en esa población, se encuentra en un nivel promedio, a comparación de México, el cual se ubica en un nivel mayor.

En los estudiantes universitarios de Trujillo no se conocen muchos datos acerca de la realidad descrita anteriormente, pero se observa en ellos una problemática de gran índole en el proceso de transición entre la educación secundaria y la de nivel superior, es decir, en los diversos cambios que tienen que atravesar al ingresar a la universidad y al continuar con los siguientes ciclos. Evidenciándose estos conflictos tanto en la ruptura de las actividades que estaban acostumbrados a hacer, así como en el aspecto emocional, implicando de esta manera, lo que genera adaptarse a los nuevos hábitos de estudio, la modalidad de aprendizaje y metodología académica, así mismo, al entorno social, tales como las relaciones que establecen con los demás estudiantes y con los docentes correspondientes.

Por todo lo mencionado, surge la necesidad de conocer la relación de la adaptación universitaria y el bienestar psicológico de los estudiantes de una universidad privada de Trujillo.

Como parte de investigaciones previas que guardan relación con ambas variables, Sobal y Leal (2005) investigaron con el objetivo de relacionar la salud mental, en sus aspectos negativos (distress psicológico) y positivos (bienestar psicológico), con diferentes factores de la adaptación a la vida académica en estudiantes de enseñanza superior. La investigación es exploratoria y se realizó en Portugal con una muestra de 401 estudiantes de ambos sexos (con edades comprendidas entre los 18 y los 37 años), que frecuentan el segundo año de diferentes cursos en tres instituciones de la ciudad de Lisboa. Los instrumentos que se emplearon fueron el Cuestionario Mental Health

Inventory (MHI) validado por Paisribeiro (2000) para Portugal, y el Cuestionario de las experiencias académicas (QVA) desarrollado y validado por Almeida y Ferreira (1999).

Los resultados revelaron asociaciones positivas significativas entre todas las variables de adaptación y las diferentes dimensiones de la salud mental, lo que parece indicar que para el grupo evaluado, este proceso es tanto factor de bienestar como de distress psicológico. Así mismo, se encontró que la calidad de la adaptación académica depende y al mismo tiempo afecta a las dimensiones personales de los alumnos (autonomía, auto-confianza, bienestar físico y psicológico).

Pérez y Lemos (2011) hicieron un estudio con el fin de evaluar la relación entre el autoconcepto y el bienestar psicológico de jóvenes universitarios del primer y último año de la carrera de Psicología. Este antecedente es relevante, ya que analiza parte de una de las dimensiones de la variable adaptación universitaria. El estudio es correlacional y la muestra estuvo compuesta por 131 estudiantes de psicología de ambos sexos, de entre 16 y 30 años de edad, de las ciudades de Entre Ríos (Argentina) y Caracas (Venezuela). Se utilizó el Cuestionario de Autoconcepto, de Piers y Harris (1964) (adaptado por Casullo, 1992), y el Inventario de Cociente Emocional para la evaluación del bienestar psicológico (EQ-i) de Reuven Bar-On, adaptado por Gómez y Moreno (1995). Los resultados encontrados indicaron un mayor bienestar en quienes presentaron niveles más elevados de autoconcepto. Del mismo modo, el análisis de Regresión Múltiple indicó que el autoconcepto se constituye como un predictor del bienestar psicológico de los jóvenes universitarios (0,798).

Por su parte, Valle, Beramendi y Delfino (2011) realizaron un estudio para evaluar y comparar los niveles de las relaciones interpersonales y el Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios. Cabe mencionar que este antecedente es relevante, ya que toma en cuenta una de las dimensiones de la variable adaptación universitaria.

El estudio es descriptivo-correlacional y se llevó a cabo en Argentina con una muestra de 120 estudiantes de ambos sexos: 60 de la Universidad de Buenos Aires y 60 de la Universidad Católica de Argentina. Para ello, se empleó dos instrumentos, siendo estos el Cuestionario de Bienestar social de Keyes y el Cuestionario de Bienestar psicológico de Ryff. Los resultados obtenidos marcaron un perfil de bienestar alto, tanto a nivel psicológico como a nivel social. Así mismo, se encontraron correlaciones positivas entre las dimensiones de las escalas: Integración social y Auto-aceptación (.513) evidenciando que el funcionamiento positivo no es sólo en un nivel privado y personal, sino también en un nivel social, es decir depende de la misma manera de las relaciones que se logran establecer en el entorno social, ya sea con la familia o amigos.

Chau y Saravia (2014) a su vez hicieron una investigación con el objetivo de analizar la relación entre la salud percibida y la adaptación a la vida universitaria de un grupo de jóvenes. La investigación es correlacional y es de procedencia Peruana. La muestra es de 281 estudiantes universitarios de los primeros tres años de formación y para ello, se aplicó el Cuestionario de Adaptación Universitaria (QVA -R) y un ítem del Cuestionario de Salud (SF-36; Ware, Snow, Kosinski, y Gandek, 1993). Los resultados mostraron una relación positiva entre la salud percibida y las cinco áreas que miden la adaptación universitaria. El área Personal presentó la mayor relación con la salud percibida (.46), evidenciando la importancia de la relación que existe entre la habilidad que cada persona posee para adaptarse a la vida universitaria y la percepción de salud que estos tienen.

Tal como se ha expuesto, a nivel nacional y local no se han encontrado investigaciones de adaptación universitaria y bienestar psicológico, por tal motivo se ha elegido investigar dichos constructos.

La adaptación en función al entorno académico según Beltrán y Torres (2000) es el equilibrio que existe entre las motivaciones y aptitudes del estudiante, las cuales se evidencian en sus conductas frente a los requerimientos que demanda el contexto, es decir, es cuando un estudiante posee la facultad de adecuarse a las transformaciones que surgen al encontrarse en una nueva etapa, en este caso la universitaria, implicando también la capacidad para enfrentarse a las dificultades y por consiguiente, los ajustes que realice a sus comportamientos lo hará con el fin de acomodarse a un medio social, o a otros contextos, permitiéndole favorecer su existencia o supervivencia en este ambiente (Martínez, 2013).

Para mejorar la comprensión del proceso de adaptación universitaria, Almeida, Soares y Ferreira (2002) señalan que debe ser entendida desde la perspectiva psicosocial del comportamiento, la cual avala que los estudiantes afrontan diversas tareas complejas y cuya realización implica el desarrollo de su identidad y de una adaptación adecuada.

De este modo, proponen tres dominios generales para englobar y definir la adaptación a la vida universitaria: a. Alumno, el cual hace referencia a la autonomía, la percepción personal de competencias y a la felicidad del estudiante; b. Curso, que apunta al desenvolvimiento en la carrera, al curso, los métodos de estudio, la base de los conocimientos, la administración del tiempo, la ansiedad producida por las evaluaciones académicas; y c. Contexto, la cual corresponde a la adaptación institucional, la realización de actividades extracurriculares, las relaciones con los pares y relaciones familiares. Posteriormente, los tres dominios se dividieron en cinco para realizar una clasificación y medición más específica del constructo adaptación universitaria. Por ende, actualmente consta de las siguientes dimensiones: Personal, Interpersonal, Carrera, Estudio e Institucional. La primera implica primordialmente al auto-concepto del estudiante, la autonomía, los niveles adecuados de disciplina,

el afrontamiento de nuevas rutinas académicas que demandan de mayor exigencia por parte de los universitarios y la construcción de un proyecto de vida a partir de los cambios que ha experimentado en el nuevo estilo de vida (Almeida, Soares y Ferreira, 2002).

La segunda dimensión según los mismos autores, abarca a las relaciones con el entorno familiar, con los compañeros, con las figuras que representan autoridad, al apoyo recibido y a la competencia para establecer relaciones de mayor cercanía, es decir, más significativas para el estudiante.

En cuanto a la tercera dimensión, está establecida por las expectativas que el estudiante tiene en función a los aspectos de la realización vocacional y de la satisfacción con los cursos de la carrera, además, a la adaptación al curso y al proyecto vocacional (Almeida, Soares y Ferreira, 2002).

La cuarta dimensión de adaptación universitaria se centra en las competencias de los estudiantes, tales como la base de los conocimientos, la ansiedad experimentada en las evaluaciones y los métodos para el estudio, así como los hábitos, la planificación y gestión del tiempo (Almeida, Soares y Ferreira, 2002).

Por último, la quinta dimensión hace referencia al interés por la institución, el conocimiento y percepción de los ambientes y la infraestructura, igualmente, al funcionamiento de los servicios (Almeida, Soares y Ferreira, 2002).

Otro constructo que se toma en cuenta en esta investigación, es el bienestar psicológico, el cual desde la concepción de bienestar como punto aislado, hace referencia a cuando una persona experimenta satisfacción con su vida, es decir, si en mayores ocasiones su estado anímico es bueno y sólo en ciertos periodos experimenta emociones poco satisfactorias como la tristeza o la rabia (Castro, 2009).

Se sabe que dicho constructo forma parte de la psicología positiva de Martin Seligman (1998, citado en García, 2014) la cual se centra en promocionar y potenciar lo saludable, positivo y adaptativo que hay en todo ser humano, considerando así las fortalezas y no sólo las debilidades, orientándose al bienestar psicológico, el crecimiento y la autorrealización de las personas.

Según Páramo et al. (2012) las teorizaciones sobre bienestar psicológico han sido estudiadas a lo largo de la historia bajo diversos términos tales como bienestar subjetivo, felicidad o satisfacción vital. Por esta razón, Veenhoven (1994) emplea el término bienestar subjetivo para definirlo como el grado en que una persona juzga y percibe su vida de manera integral en aspectos positivos, lo cual quiere decir, cuán satisfecho se siente un individuo con respecto a cómo viene viviendo. Para llegar a esta conclusión, el ser humano se realiza una evaluación en base a dos componentes: los pensamientos que surgen en él y sus principales afectos.

Por otro lado, Casullo y Castro (2000) afirman que el bienestar psicológico es la capacidad de mantener buenos vínculos, control sobre el entorno, tener proyectos y autoaceptación de sí mismo, el cual se evalúa según los afectos positivos y negativos otorgando significado a la experiencia personal.

El enfoque teórico sostenido por estos mismos autores y en el cual se fundamentan, es el modelo multidimensional del bienestar psicológico de Ryff (1989, citado en Velásquez, 2013) el cual está basado en la literatura del desarrollo humano y además propone que el funcionamiento psicológico está conformado por una estructura de seis factores, siendo estos: la autoaceptación, crecimiento personal, propósito de vida, relaciones positivas con otros, dominio medio ambiental y la autonomía. De esta forma, en sus investigaciones, mencionan que el crecimiento personal y los propósitos de vida disminuyen con el tiempo (ambas propias de la adultez) y que el dominio denominado

medio ambiente y la autonomía crecen con el tiempo (en la adultez tardía y vejez). Por ende, estos descubrimientos sugieren que el significado o la experiencia subjetiva de bienestar cambian a lo largo de la vida de acuerdo a las situaciones experimentadas, por lo cual no siempre permanecen estáticos.

Casullo y Castro (2000) tomando como referencia este modelo y el instrumento creado por el mismo autor, diseñaron otro con el fin de evaluar el bienestar psicológico en los jóvenes, considerando aspectos que no fueron tomados en el inicial. Este consta de cuatro dimensiones: a. Control de Situaciones, que hace referencia a la capacidad de crear o modelar contextos para adecuarlos a las necesidades e intereses personales; b. Vínculos psicosociales, que implica la capacidad para establecer buenos vínculos con los demás, a tener calidez, confianza en los demás y a la capacidad empática y afectiva; c. Proyectos, que alude a tener metas y proyectos de vida, además, de considerar que la vida tiene significado, o a asumir valores que otorgan sentido a la vida; y finalmente d. Aceptación de sí, que corresponde a la facultad de poder aceptar los múltiples aspectos de sí mismo, tanto buenos como malos e incluye el sentirse bien acerca de las consecuencias generados por eventos del pasado.

A todo esto, la adaptación universitaria y el bienestar psicológico son de suma importancia en el entorno educativo y social, ya que representan partes claves para el desarrollo y éxito de cada estudiante inmerso en esta etapa. En la actualidad, si bien hay investigaciones de cada tema por separado o relacionadas con otras variables, existen escasos estudios que abarquen estas variables correlacionadas entre sí. Por lo cual, realizar un estudio acerca de ello es de vital trascendencia para llenar vacíos de conocimiento, brindando información que puede ser de utilidad para el contexto mencionado, ya que también se podrá aumentar la información relacionada a los

diversos factores que incluyen una fácil o difícil adaptación a la vida universitaria y si ésta se encuentra relacionada al bienestar psicológico de cada estudiante.

Por consiguiente, representa igualmente una contribución para la implementación de estrategias de intervención en el ámbito educativo, además de fomentar la realización de programas que favorezcan un bienestar psicológico en los estudiantes de la carrera de psicología y que posteriormente los resultados se verán reflejados en el éxito académico, personal y profesional de cada uno.

1.2. Formulación del problema

¿Existe relación entre la adaptación universitaria y el bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

1.3.2. Objetivos específicos

- Establecer la relación entre la dimensión personal de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

- Establecer la relación entre la dimensión interpersonal de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Establecer la relación entre la dimensión carrera de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Establecer la relación entre la dimensión estudio de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Establecer la relación entre la dimensión institucional de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

1.4. Hipótesis

1.4.1. Hipótesis general

Existe relación entre adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

1.4.2. Hipótesis específicas

- Existe relación entre la dimensión personal de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

- Existe relación entre la dimensión interpersonal de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Existe relación entre la dimensión carrera de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Existe relación entre la dimensión estudio de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Existe relación entre la dimensión institucional de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

2.1. Tipo de investigación

La investigación se trabajó según el diseño de estudio no experimental, debido a que no se manipulo ninguna de las variables investigadas, estudiándolas en su contexto natural (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), siendo además de corte transversal y bajo el tipo correlacional simple, el cual tiene como propósito principal explorar las relaciones que existe entre una o más variables de estudio (Ato, López y Benavente, 2013). De acuerdo a esto, en el estudio realizado se buscó relacionar las variables adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una universidad privada de Trujillo.

2.2. Población y muestra (Materiales, instrumentos y métodos)

La población objetivo de esta investigación constó de 150 estudiantes universitarios pertenecientes al segundo ciclo de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo, tomando en cuenta a jóvenes de ambos sexos y entre las edades de 16 a 18 años de edad. Así mismo, el tipo de muestreo fue censal, dado que, como refiere López (1998) es cuando aquella porción a ser evaluada representa a toda la población.

Al procesar los instrumentos aplicados de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión, se quedó con un total de 100 evaluados, asegurando lo mencionado por Hernández, Fernández y Baptista (2014) quienes según su criterio consideran que una investigación es estimada normal cuando se evalúa a partir de 100 elementos a más.

Se incluyó a los estudiantes que estaban en el semestre 2018-II, estudiando la carrera de psicología y que estuvieron inscritos en cursos correspondientes al segundo ciclo académico, además de presentar la edad de 16 a 18 años. Por otro lado, referente a los criterios de exclusión, no se tomó en cuenta a los estudiantes que no desearon ser evaluados, que no estuvieron presentes en clase el día de la aplicación o que no contestaron en su totalidad el instrumento de evaluación. Así mismo, tampoco a los que estuvieron llevando un curso del ciclo correspondiente por segunda o tercera matrícula.

2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

Se trabajó la técnica de la encuesta, ya que es un diseño que generalmente emplea como medio los cuestionarios, los cuales sirven para la recopilación de datos respecto a una o más variables a medir y que pueden ser aplicados a diversos contextos (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

En este sentido, los instrumentos que se utilizaron para esta investigación son dos: El Cuestionario de Vivencias Académicas versión reducida (QVA-r) y la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J.

En referencia al Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA-r), fue creado originalmente por Almeida y Ferreira en el año 1999, en Portugal y se creó con la finalidad de poder conferir y explicar el nivel de adaptación que un estudiante tiene a la vida universitaria, tomando como base su propia teoría. Este instrumento inicialmente fue creado con 170 ítems, posteriormente tuvo su versión reducida a 60 ítems por Almeida, Soares y Ferreira en el año 2001, siendo publicado en el año 2002, los cuales se encuentran divididos en cinco dimensiones, siendo estas: personal, interpersonal, carrera, estudio e institucional. Fue traducido al español por Abello, Pérez y Díaz (2007)

para la población de Chile y es un instrumento que abarca a jóvenes que pertenecen entre la fase final de la adolescencia hasta a la entrada de la vida adulta, es decir mayor o igual a los 16 años de edad. La aplicación se puede llevar a cabo de manera individual o colectiva con una duración de 15 a 20 minutos aproximadamente. Por su parte, los ítems se despliegan en una escala Likert de 5 puntos, en la que “1” expresa desacuerdo total con la afirmación y “5” acuerdo total, luego, se asigna un puntaje directo según lo que el evaluado respondiera, por cada una de las áreas evaluadas. Una vez que estas se corrigen, se suman las cantidades resultantes y se busca la normal general tipo T según corresponda, a partir de ello, las puntuaciones directas, se trasladan a puntajes de normas T, de acuerdo a los baremos elaborados para la población.

Para encontrar la validez del instrumento, Almeida, Soares y Ferreira (2002) realizaron un análisis factorial de los 60 ítems del cuestionario en una muestra de 1889 estudiantes del primer año de la universidad de Minho, en Portugal, de la cual su análisis factorial sugirió nueve factores que explicaban el 50.2 % de la varianza total, no obstante, como el objetivo fue enfocarse en cinco grandes áreas, los primeros cinco factores se asumieron como los más relevantes (siendo este el valor superior a 2.0 y revelando el 41.7% de la varianza). Por lo tanto, la dimensión personal quedó conformada por 13 ítems y revelando un 39.3% de la varianza, igualmente, la dimensión interpersonal terminó con 13 ítems y revelando un 39.3% de la varianza, la dimensión interpersonal terminó con 13 ítems y revelando el 47.5% de la varianza, la dimensión carrera terminó conformada por 13 ítems y revelando un 57.3% de la varianza, mientras que, la dimensión estudio terminó conformada por 13 ítems y revelando un 43% de la varianza, finalmente, la dimensión institucional terminó conformada por 8 ítems y revelando un 49.3% de la varianza. En cuanto a la confiabilidad, el coeficiente de consistencia interna según los índices de Alfa de Cronbach, encontró que las dimensiones se situaron arriba

de 0.70 oscilando entre 0.71 y 0.91, distribuidos de tal manera: la dimensión personal tuvo 0.87, la dimensión interpersonal 0.84, la dimensión carrera 0.91, la dimensión estudio 0.82 y la dimensión institucional tuvo 0.71, por lo cual establece al instrumento como confiable (Almeida, et. al., 1999).

Por otro lado, en el año 2015, el autor Alva, adaptó el instrumento a la población de Trujillo, en la cual realizó ajustes lingüísticos a 13 ítems de las diversas dimensiones de acuerdo a las características de los sujetos de un estudio piloto, la opinión de jueces expertos y el análisis de validez y confiabilidad. Así mismo, empleó un tipo de muestreo no probabilístico estratificado simple, abarcando un número representativo de cada carrera y edad, eligiendo de esta forma a los participantes de manera aleatoria.

Para encontrar la validez de esta adaptación, Alva (2015) en una muestra de 314 estudiantes universitarios de distintas carreras de una universidad privada de Trujillo, se evidencio una discriminación altamente significativa ($p < 0.01$), entre las escalas del test y el test propiamente dicho, indicando que cada factor mide el constructo que la prueba original se propuso medir. Por ello, en las dimensiones del instrumento también se obtuvo un grado de validez considerado muy bueno, iniciando con la dimensión personal que alcanzó un índice de .851, siendo un valor altamente significativo, igual que la dimensión interpersonal que alcanzó un índice de .820. Continuando, en la dimensión carrera se obtuvo un índice de .522 y en la dimensión institucional, un índice de .596, que si bien no han obtenido un alto valor, obtienen un valor considerable, por otro lado, en la dimensión estudio se alcanzó un índice de .833, por lo cual al analizar todas las dimensiones se establece una validez aceptable.

En cuanto a la confiabilidad, se halló índices de Alfa de Cronbach muy altos, distribuyéndose de esta manera: en la dimensión personal 0.804, en la dimensión interpersonal 0.748, en la dimensión carrera 0.760, en la dimensión estudio 0.746 y en

la dimensión institucional 0.715, evidenciando la consistencia interna de cada dimensión y del Cuestionario en general (Alva, 2015).

En referencia al segundo instrumento, la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J, fue creada por Casullo y Castro en el año 2000, en Argentina con la finalidad de evaluar la percepción subjetiva del bienestar psicológico y permitir diferenciar a sujetos que han logrado un determinado nivel de bienestar psicológico. Este instrumento abarca a personas entre 13 a 18 años de edad, se puede aplicar de manera individual o colectiva y la duración de respuesta es de aproximadamente 10 minutos. Además, contiene 13 ítems, los cuales están divididos en cuatro dimensiones: Control de situaciones, Vínculos psicosociales, Proyectos y Aceptación de sí. Cada ítem se responde en un formato de respuesta Likert, según tres opciones (de acuerdo: el cual se califica con 3 puntos, ni de acuerdo ni en desacuerdo: 2 puntos y en desacuerdo: 1 punto). Esto permite obtener un puntaje mínimo de 13 y un puntaje máximo de 39. El puntaje global directo se interpreta en base a transformaciones percentilares.

En cuanto a la validez del instrumento, Casullo y Castro (2000) en una muestra de 1270 estudiantes de secundaria de Buenos Aires, Tucumán y Patagonia, hallaron una adecuada validez convergente y concurrente. Para esto se siguió un proceso, en primer lugar, se llevó a cabo una revisión de validez de 36 ítems (con los cuales se construyó inicialmente la escala) por parte de tres psicólogos especialistas, los cuales eliminaron los ítems que no obtuvieron un índice mayor al 75%, por lo cual quedó sólo 20 ítems que se dividían en 5 dimensiones, siendo 4 ítems por cada dimensión. Posteriormente, se procedió con una revisión de las características psicométricas de los 20 ítems que quedaron, a partir de un análisis factorial ($KMO=.72$, $\chi^2=1343$, $p<.001$) de componentes principales con rotación varimax, se estableció que debían eliminarse siete ítems de los

que poseían una saturación alta en más de un factor. Por ende, la escala terminó compuesta por 13 ítems que se encuentran divididos en cuatro dimensiones: control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí, obteniendo una validez global aceptable de .74.

En cuanto a la confiabilidad, se obtuvo un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.74, evidenciando un índice aceptable en la totalidad de la escala. Adicionalmente, haciendo referencia a cada sub escala se tuvo una confiabilidad entre 0.50 a 0.56 (Casullo y Castro, 2000).

En Trujillo, el instrumento fue adaptado por Velásquez (2013) en estudiantes de tres institutos técnico superior de Trujillo, empleando un tipo de muestreo probabilístico, estratificado para determinar el tamaño de la misma, usando como criterios de estratificación el instituto al que perteneció los alumnos, además de un muestro aleatorio simple para la selección de los alumnos que conformaron la muestra dentro de cada estrato, abarcando de esta manera a 300 alumnos de ambos sexos, entre 16 a 18 años de edad. Sin embargo, previamente realizó una prueba piloto con 40 estudiantes.

Para encontrar la validez, Velásquez (2013) en la muestra de 300 estudiantes, hizo una validez por correlación ítem-test, en donde se tomó como criterio que el nivel de validez sea de .20. De acuerdo a eso, se obtuvo en la dimensión control de situaciones índices que oscilan entre .366 y .457, lo cual determina un nivel de aceptación válida y considerable. En la dimensión vínculos psicosociales se encontró índices que varían entre .385 a .444, mientras que, en la dimensión proyectos, se encontró índices entre .402 y .526, por último en la dimensión aceptación de sí mismo, se halló índices que fluctúan entre .416 y .511, indicando que todos los ítems presentan valores aceptables, y asegura que guardan relación con lo que la escala pretende mediar, por lo cual le otorga cierta validez.

En cuanto a la confiabilidad, se determinó la consistencia interna por medio del método estadístico Alfa de Cronbach, el cual indica un valor de .759 en la escala global y en las respectivas dimensiones rangos que oscilan entre .611 a .664, por tanto la escala es considerada como aceptable para la población (Velásquez, 2013).

Cabe resaltar que, en la presente investigación para analizar de forma correlacional los datos obtenidos, se trabajó con la estadística descriptiva, en el software SPSS 23, obteniendo la media, la desviación estándar y los índices de asimetría.

2.4. Procedimiento

Para la recolección de datos, como primer punto, se solicitó el permiso correspondiente a la Facultad de Psicología, así mismo, se coordinó las fechas y horarios para la aplicación de los instrumentos a los estudiantes del ciclo respectivo, al proceder con ello, como segundo punto se solicitó su consentimiento informado y se respetó la decisión de cada uno referente a la voluntad dispuesta para la resolución de cada cuestionario (Código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú, 2017, art. 25). Además, la recolección de datos se realizó de manera anónima, con el fin de salvaguardar la información de cada estudiante que participó, tal como lo menciona el Código de Ética del Colegio de Psicólogos del Perú (2017, art. 37). La información obtenida se vació en una base de datos de Excel.

Posteriormente, en el método de análisis de datos se usó la estadística descriptiva, en el software SPSS 23, tomando como primer paso el obtener los índices de asimetría y curtosis, encontrándose resultados fuera del rango de -1 a +1, lo cual establece que el promedio de las respuestas de los evaluados no es igual a la tendencia media de los datos, por ende se considera una distribución con asimetría y curtosis, trabajándose con

el estadístico no paramétrico de Spearman, que fue cuantificado con el criterio de Cohen (1988), considerando una correlación trivial o nula con valores entre .00 a .10, pequeña de .11 a .30, moderada de .31 a .50 y grande de .51 a más. Es de suma importancia resaltar que las tablas se realizaron según las normas APA, en donde se consideran varios criterios.

En lo concerniente a las consideraciones éticas, se hizo el reconocimiento de la autoría del material recopilado para la presente investigación, incluyendo el nombre de la persona o grupo originador, señalando los nombres correspondientes, como los autores de estos (Código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú, 2017, art. 76).

CAPÍTULO III. RESULTADOS

Tabla 1

Correlación entre Adaptación Universitaria y Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Variables	Rho de Spearman ρ	Tamaño del efecto
Adaptación Universitaria Bienestar Psicológico	.46	Moderado

Nota: ρ : Rho de Spearman

En la Tabla 1, se observa una correlación directa con un tamaño del efecto moderado entre Adaptación Universitaria y Bienestar Psicológico ($\rho=.46$) en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Tabla 2

Correlación entre Adaptación Universitaria: Dimensión Personal y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Variables		Rho de Spearman ρ	Tamaño del efecto
Personal	Bienestar Psicológico	-.39	Moderado
	Control	-,11	Pequeño
	Vínculos	-,27	Pequeño
	Proyectos	-,31	Moderado
	Aceptación	-,33	Moderado

Nota: ρ : Rho de Spearman

En la Tabla 2, se muestra una correlación inversa con un tamaño del efecto moderado entre Adaptación Universitaria: Dimensión Personal y Bienestar Psicológico ($\rho=-.39$) y sus dimensiones Proyectos y Aceptación, además una correlación inversa con un tamaño del efecto pequeño con las dimensiones control y vínculos del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Tabla 3

Correlación entre Adaptación Universitaria: Dimensión Interpersonal y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Variables		Rho de Spearman ρ	Tamaño del efecto
Interpersonal	Bienestar Psicológico	.33	Moderado
	Control	,10	Trivial
	Vínculos	,36	Moderado
	Proyectos	-,01	Trivial
	Aceptación	,27	Pequeño

Nota: ρ : Rho de Spearman

En la Tabla 3, se demuestra una correlación directa con un tamaño del efecto moderado entre Adaptación Universitaria: Dimensión Interpersonal y Bienestar Psicológico ($\rho=.33$) y su dimensión vínculos. Así mismo, una correlación directa con un tamaño del efecto pequeño con la dimensión aceptación; y una correlación trivial con las dimensiones control y proyectos del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Tabla 4

Correlación entre Adaptación Universitaria: Dimensión Carrera y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Variables		Rho de Spearman ρ	Tamaño del efecto
Carrera	Bienestar Psicológico	.30	Pequeño
	Control	,21	Pequeño
	Vínculos	,15	Pequeño
	Proyectos	,16	Pequeño
	Aceptación	,08	Trivial

Nota: ρ : Rho de Spearman

En la Tabla 4, se presenta una correlación directa con un tamaño del efecto pequeño entre Adaptación Universitaria: Dimensión Carrera y Bienestar Psicológico ($\rho=.30$) y sus dimensiones control, vínculos y proyectos. Así mismo, una correlación trivial con la dimensión aceptación del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Tabla 5

Correlación entre Adaptación Universitaria: Dimensión Estudio y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Variables		Rho de Spearman ρ	Tamaño del efecto
Estudio	Bienestar Psicológico	.35	Moderado
	Control	,15	Pequeño
	Vínculos	,15	Pequeño
	Proyectos	,20	Pequeño
	Aceptación	,31	Moderado

Nota: ρ : Rho de Spearman

En la Tabla 5, se aprecia una correlación directa con un tamaño del efecto moderado entre Adaptación Universitaria: Dimensión Estudio y Bienestar Psicológico ($\rho=.35$) así mismo, con su dimensión aceptación. Además, una correlación directa con un tamaño del efecto pequeño con las dimensiones control, vínculos y proyectos del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Tabla 6

Correlación entre Adaptación Universitaria: Dimensión Institucional y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Variables		Rho de Spearman ρ	Tamaño del efecto
Institucional	Bienestar Psicológico	.07	Trivial
	Control	,05	Trivial
	Vínculos	-,18	Pequeño
	Proyectos	,05	Trivial
	Aceptación	,18	Pequeño

Nota: ρ : Rho de Spearman

En la Tabla 6, se observa una correlación trivial entre Adaptación Universitaria: Dimensión Institucional y Bienestar Psicológico ($\rho=.07$), al igual que con sus dimensiones control y proyectos. Así mismo, una correlación inversa con un tamaño del efecto pequeño con la dimensión vínculos y una correlación directa con un tamaño del efecto pequeño con la dimensión aceptación del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 Discusión

Se acepta la hipótesis general, ya que se halla correlación directa con tamaño del efecto moderado entre la adaptación universitaria y las dimensiones de bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología, lo que indica que cuando los jóvenes se ajustan a los cambios y nuevos factores que se presentan en el entorno universitario mayor será su sentimiento de satisfacción y la sensación de sentido de vida que posean. Los resultados guardan relación con los obtenidos por Sobal y Leal (2005) en cuya muestra de investigación encontraron también relaciones positivas entre los estudiantes de educación superior que mostraron signos de calidad de adaptación y la forma en como influía en las dimensiones de la salud mental que presentaban, incluyendo dentro de ellas al bienestar psicológico. De igual manera, hay una semejanza con el estudio de Chau y Saravia (2014) quienes encontraron como resultados una relación positiva entre las áreas de la adaptación a la vida universitaria y en la manera en como incide en la percepción de la salud a modo general.

Esto se puede explicar porque en base al modelo multidimensional del bienestar psicológico de Ryff (1989, citado en Velásquez, 2013) plantea que este constructo se manifiesta debido a los factores de autoaceptación, al crecimiento personal, al propósito de vida y a las relaciones positivas con otros, es decir incluyendo al entorno, en este caso el ambiente universitario, lo cual evidencia que al unir y experimentar

cada estudiante dichos factores posiblemente van a determinar su satisfacción consigo mismo y con los demás.

En cuanto a la hipótesis específica 1, se acepta, ya que hay una correlación inversa entre la dimensión personal de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico con un tamaño del efecto moderado, lo que significa que a mayor adaptación universitaria en relación al aspecto personal, habrá menos índices de bienestar psicológico. Esto difiere del estudio realizado por Pérez y Lemos (2011) en donde se encontró que en los estudiantes de psicología entre 16 y 30 años de edad, indican un mayor grado de bienestar psicológico si es que presentan índices altos de autoconcepto, es decir con parte de los factores del aspecto personal.

Esta discrepancia se puede atribuir a diversas razones, tomando en cuenta que la percepción que cada estudiante tiene sobre sí mismo varía en relación a las experiencias a las cuales se ha enfrentado a lo largo de su vida, ya sea previamente, durante o después al ingreso de la universidad. Considerando también que como parte del aspecto personal son la autonomía, la disciplina y las nuevas rutinas académicas, al aumentar dichos factores, el modo de afrontamiento que cada universitario tiene a las practicas nuevas, van a ser consideradas muchas veces como un reto difícil de sobrellevar y superar, pues requieren de mayor esfuerzo que en la etapa escolar, pudiendo sentirse frustrados, afectando y disminuyendo así la percepción o significado de su bienestar psicológico, tal como Almeida, Soares y Ferreira (2002) afirman que, cuando el nivel de cambios en su nuevo estilo de vida va en aumento, los estudiantes en su mayoría no están acostumbrados y se sienten poco satisfechos. Se acepta la hipótesis específica 2, ya que se ha encontrado una correlación directa entre la dimensión interpersonal y las dimensiones del bienestar psicológico con un tamaño del efecto moderado, lo cual hace referencia que a medida que el estudiante

se adapte mejor en función a la interacción con el resto de personas, mejor será su bienestar psicológico, mostrando adecuados vínculos psicosociales.

Esto coincide con los resultados de un estudio realizado por Valle, Beramendi y Delfino (2011) quienes hallaron correlaciones positivas entre integración social y la dimensión aceptación de sí del bienestar psicológico, concluyendo que para lograr vivir bien, de manera satisfactoria no sólo depende del factor intrapersonal, sino también de la adecuada interacción que se realiza con las demás personas, ya sea del entorno familiar, laboral o amical.

Esto se refleja con la perspectiva psicosocial del comportamiento en la cual Almeida, Soares y Ferreira (2002) enfatizan que el área interpersonal abarca desde la manera en como se establece una relación, el apoyo que se recibe y los lazos afectivos que se desarrollan con los miembros de la familia, los compañeros y figuras percibidas como autoridad, lo cual favorecen a un óptimo funcionamiento psicológico. Esta semejanza puede deberse a la necesidad que posee cada individuo desde que nace por establecer contacto con otros individuos, más aun en el período de la adolescencia, lo cual es característica principal de esta etapa del desarrollo.

Del mismo modo, se acepta la hipótesis específica 3, pues se presenta una correlación directa entre la dimensión carrera de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico, encontrando correlaciones con un tamaño del efecto pequeño, lo cual indica que a medida que el estudiante mejor se adapte a la carrera que se encuentra estudiando, en este caso psicología, mejor será la percepción positiva que tenga en cuanto a sus vínculos, al control de las situaciones que se le presenten, además de los proyectos que tenga a futuro.

Esto se refleja con la teoría de Casullo y Castro (2002) que sostienen que lo que espera el estudiante en cuanto a su crecimiento profesional, al placer que tiene hacia

los cursos de su carrera, asimismo, a la adaptación de éste y a lo que anhela conllevan posiblemente a una visión positiva de la vida y mayor comodidad a la forma en cómo se encuentra viviendo.

Referente a la hipótesis específica 4, se acepta, ya que se muestra una correlación directa entre la dimensión estudio de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico, evidenciado correlaciones de tamaño del efecto moderado, lo que significa que a medida que mejor se adapte al estudio la persona, mejor será la sensación de un buen estado de ánimo frente a las diversas vivencias a las cuales el estudiante se enfrente de manera diaria.

Esto se evidencia en la perspectiva de Almeida, Soares y Ferreira (2002) quienes señalan que las adecuadas capacidades de los estudiantes, según los conocimientos que tienen previamente del colegio, el manejo de la ansiedad que pueden vivenciar en las evaluaciones cotidianas de los cursos que llevan, así como la metodología a la cual están acostumbrados para estudiar, incluyendo el manejo de tiempos y planificación de estos, pueden generar que ellos se sientan con vitalidad para continuar realizando sus actividades con agrado y placer.

En cuanto a la hipótesis específica 5, se rechaza, ya que se aprecia una correlación trivial entre la dimensión institucional de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico, es decir el conocimiento de los espacios de la infraestructura del ambiente educativo, ya sean aulas, comedores, espacios de lectura, entre otros no evidencian una correlación significativa con la percepción que pueden tener los estudiantes acerca de su grado de satisfacción y estado de positividad a nivel individual (Velásquez et al. ,2008).

Esto puede deberse a que los estudiantes al contrastar el conocimiento de los ambientes de la institución y el funcionamiento de los servicios frente a su capacidad

de mantener buenos vínculos y a su percepción sobre sí mismo, le dan más valor a dichos aspectos; otorgando así mayor significado a la experiencia personal, a los logros obtenidos por ellos y a sus acciones propiamente en función a su desenvolvimiento en las actividades académicas, influyendo así a mayor nivel estas características en la manera en cómo se siente cada uno (Casullo y Castro, 2000).

Después de todo lo mencionado, está comprobado que existe una relación entre la adaptación universitaria y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios.

En referencia a la limitación que se encontró en el desarrollo de la investigación, cabe señalar que se trabajó con un tipo de muestreo censal con una población en específico, por lo cual no existe la posibilidad de generalizar los resultados a otro tipo de casos, por lo que se sugiere que en investigaciones posteriores se aplique un tipo de muestreo probabilístico.

En cuanto a las implicancias de este estudio, se encuentran relacionadas al entorno educativo, permitiendo apreciar información que puede servir de utilidad para idear en las instituciones estrategias de intervención individual o grupal, en caso se presente alguna situación referente a ambas variables. De esta manera, se podría realizar programas en donde se generen agentes de adaptación, considerando a los estudiantes que se encuentran acostumbrados a las nuevas rutinas y experiencias universitarias; para promover un proceso de acompañamiento, mediante la interacción con los estudiantes que muestren menor presencia de adaptación universitaria, con la finalidad de fomentar en ellos un nivel mayor, para generar un óptimo bienestar psicológico, lo cual les va a permitir continuar con sus metas planteadas, desarrollo profesional y autorrealización.

Así mismo, sirve para completar vacíos de información que previamente a esta investigación se tenía en torno a la localidad, la cual además puede ser considerada como guía para futuros estudios con ambas variables.

4.2 Conclusiones

- Existe correlación directa con tamaño del efecto moderado (con coeficiente de correlación de .46) entre adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Por otro lado, se muestra correlación inversa con tamaño del efecto moderado (con coeficiente de correlación de -.39) entre la dimensión personal de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Hay correlación directa con tamaño del efecto moderado (con coeficiente de correlación de .33) entre la dimensión interpersonal de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- De la misma manera, se observa correlación directa con un tamaño del efecto pequeño (con coeficiente de correlación de .30) entre la dimensión carrera de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.
- Existe correlación directa con un tamaño del efecto moderado (con coeficiente de correlación de .35) entre la dimensión estudio de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

- Se encontró evidencia de correlación trivial (con coeficiente de correlación de .07) entre la dimensión institucional de la adaptación universitaria y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

REFERENCIAS

- Abello, R., Pérez, V. y Díaz, M. (2007). *Traducción y adaptación del Cuestionario de Vivencias Académicas versión reducida (QVA r) para la población chilena*. Manuscrito no publicado.
- Alva, J. (2015). *Adaptación y Estandarización del Cuestionario de Vivencias Académicas para Jóvenes Universitarios: Un Análisis Psicométrico*. (Tesis de licenciatura). Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo, Perú.
- Almeida, L., y Ferreira, J. (1999). Questionário de Vivências Académicas: Construção e validação de uma versão reduzida (QVA r). *En Revista portuguesa de pedagogia*, 3 pp.181-207. Recuperado de <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/12080/1/Almeida%20Ferreira%20%26%20Soares%201999.pdf>
- Almeida, L., Soares, A. y Ferreira, J. (2002). Questionário de Vivências Académicas (QVA-r): Avaliação do ajustamento dos estudantes universitários. *En Revista Avaliação Psicológica*, 1(2) pp.81-93. Recuperado de <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/12074/1/Almeida%20Soares%20%26%20Ferreira%202002.pdf>
- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *En Revista Anales de Psicología*, 29(3) pp.1038-1059. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/167/16728244043.pdf>
- Beltrán, F. y Torres, I. (2000). Adaptación social, dificultad y salud emocional. *En Revista Psicología y salud*, 4 pp.111-118.

Benitez, R. (2012). *La deserción universitaria*. En blog Proyecto Ramón. Recuperada de <https://proyectoramon.wordpress.com/la-desercion-universitaria/>

Carranza, R., Hernández, R. y Alhuay, J. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. *En Revista Int. De Investigación y Ciencias Sociales*, 13(2) pp.133-146. Recuperado de <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:rjVpLLTLzcoJ:https://diainet.unirioja.es/servlet/articulo%3Fcodigo%3D6246945+&cd=1&hl=es-419&ct=clnk&gl=pe>

Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *En Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3) pp.43-72. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/274/27419066004/>

Casullo, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *En Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1). Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840/6974>

Chau, C. y Saravia, J. (2014). Adaptación Universitaria y Su Relación con la Salud Percibida en Una Muestra de Jóvenes de Perú. *En Revista colombiana de psicología*, 23(2) pp.269-284. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0121-54692014000200003&lng=en&nrm=iso&tlng=es

Cornejo, M. y Lucero, M. (2005). Preocupaciones vitales en estudiantes universitarios relacionado con bienestar psicológico y modalidades de afrontamiento. *En Revista Fundamentos en Humanidades*, 6(12) pp.143-153. Recuperado de

<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:KTZsDBs9uzoJ:www.redalyc.org/pdf/184/18412608.pdf+&cd=1&hl=es-419&ct=clnk&gl=pe>

Diener, E., Suh, E., Lucas, R. y Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *En Revista Psychological Bulletin*, 125 pp.276-302.

García, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *En Revista en claves del Pensamiento*, 8(16) pp.13-29. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1411/141132947001.pdf>

Gómez, D. y Moreno, J. (1995). Evaluación del bienestar psicológico. Estudio preliminar de una versión castellana del Inventario de Cociente Emocional EQ-i. *En Revista Enfoques*, 7(2) pp.74-79.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. (6ª ed.). México: McGRAW-HILL Interamericana. Recuperado de https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf

López, E. (1998). *Las historias de vida y la investigación biográfica. Fundamentos y metodología*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.

Martínez, L. (2013). *Construcción y validación de un instrumento para medir la integración a la vida universitaria de estudiantes de nuevo ingreso de una universidad privada de Puerto Rico* (Tesis doctoral). Universidad Metropolitana, San Juan, Puerto Rico.

Painepán, B. (2012). *Guía de apoyo psicológico para universitarios: formación integral y autonomía*. Pérez: Chile. Recuperado de [http://www.uchile.cl/documentos/guia-de-](http://www.uchile.cl/documentos/guia-de)

apoyo-psicologico-para-universitarios-formacion-integral-
yautonomia_110579_2_2134.pdf.

Páramo, M., Straniero, C., García, C., Torrecilla, N. y Escalante, E. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *En Revista Pensamiento Psicológico, 10(1) pp.7-21*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/801/80124028001.pdf>

Paisribeiro, J. (2000). Mental Health Inventory: Um estudo de adaptação à população portuguesa. *En Revista Psicologia, Saúde y Doenças, 2 pp.77-99*.

Penta Analytics (2017). *El 27% de ingresantes a universidades privadas abandonan su carrera en primer año de estudios*. Gestión. Recuperado de <https://gestion.pe/tendencias/management-empleo/27-ingresantes-universidades-privadas-abandonan-carrera-primer-ano-estudios-139168>

Pérez, Z. y Lemos, V. (2011). *Autoconcepto y bienestar psicológico de jóvenes universitarios*. Conferencia II Encuentro Internacional de la Asociación de Ciencias del Comportamiento, Entre Ríos, Argentina. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/264788432_Autoconcepto_y_bienestar_psicologico_de_jovenes_universitarios

Pérez, M., Ponce, A., Hernández, J., y Márquez, B. (2010). Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la Región Altos Norte de Jalisco. *En Revista de Educación y Desarrollo*. Recuperado de http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/14/014_Perez.pdf

Piers, E. y Harris, D. (1964). Age and others correlates of self concept in children. *En Revista J. Education Psychology*, 55 pp.91-5.

Resolución 206. *Código de ética del colegio de psicólogos del Perú* (Septiembre, 27, 2017).

Art.25, 37, 76): “Del trabajo de investigación”, “De los documentos”, “De las publicaciones”. Colegio de Psicólogos del Perú. Recuperado de http://www.cpsp.pe/aadmin/contenidos/marcolegal/codigo_de_etica_del_cpsp.pdf

Sobal, E. y Leal, I. (2005). Saúde mental e adaptação acadêmica: Uma investigação com estudantes de Viseu. *En Revista Psicologia e Educação*, 4(2). Recuperado de http://psicologiaeeducacao.ubi.pt/Files/Other/Arquivo/VOL4/PE%20VOL4%20N2/PE%20VOL4%20N2_index_8_.pdf

Valle, M., Beramendi, M. y Delfino, G. (2011). Bienestar psicológico y social en jóvenes universitarios argentinos. *En Revista de Psicología*, 7(14) pp.7-26. Recuperado de <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/revistas/bienestar-psicologico-social-jovenes.pdf>

Veenhoven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *En Revista Intervención Psicosocial*, 3 pp.87-116. Recuperado de <https://personal.eur.nl/veenhoven/Pub1990s/94d-fulls.pdf>

Velásquez, C. (2013). *Propiedades Psicométricas de la Escala Bienestar Psicológico en Instituciones Técnico Superior Estatales de Trujillo*. (Tesis de licenciatura). Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú.

Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya, R., Dioses A., Velásquez, N. ... Reynoso, E. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico

estudiantes universitarios sanmarquinos. *En Revista de Investigación en Psicología,*

11(2) pp.139–152. Recuperado de

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3052965.pdf>

Ventura, J. y Caycho, T. (2017). El coeficiente omega: un método alternativo para la

estimación de la fiabilidad. *En Revista Latinoamérica de Ciencias Sociales, Niñez y*

Juventud, 15, pp.625-627. Recuperado de

<http://www.redalyc.org/pdf/773/77349627039.pdf>

ANEXOS

Anexo N° 1. Consentimiento Informado.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento:

Yo _____, estudiante de segundo ciclo de la carrera de Psicología, periodo 2018-2, doy conformidad que Katherine Evelyn Briceño Espejo, estudiante del último ciclo de la misma carrera, ha brindado información correspondiente para la participación en la investigación titulada **“Adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Trujillo”**, por lo cual declaro tener conocimiento que:

- Se procederá a aplicar dos instrumentos de evaluación, los cuales me tomaran un tiempo de 20 minutos aproximadamente para completar.
- Puedo negarme a participar de la investigación si lo considero conveniente a mis intereses, sin recibir ninguna consecuencia por ello.
- No haré ningún gasto, ni recibiré remuneración alguna por la participación en la investigación.
- Se me ha explicado que se guardará confidencialidad de los datos obtenidos, así mismo, que la evaluación de los resultados será de forma conjunta.
- Puedo realizar preguntas en cualquier momento durante mi participación.

Por todo lo que se me ha explicado, manifiesto mi conformidad, asegurando que conozco y entiendo la finalidad de la investigación, por lo cual acepto participar.

Trujillo, ____ de _____ de 2018.

Nombres y apellidos completos: _____

Firma

Anexo N° 2. Instrumentos utilizados.

CUESTIONARIO DE VIVENCIAS ACADÉMICAS QVAR

Sexo: F M Edad: _____ Ciclo: _____ Primera matricula: SÍ NO

Estado civil: _____

Estimado estudiante, a continuación se presenta una lista de frases, para lo cual se te pide que leas con mucha atención cada una de ellas y marques tu respuesta de manera sincera con un aspa (X) según los siguientes criterios:

- 1 = No tiene ninguna relación conmigo; totalmente en desacuerdo; nunca sucede.
- 2 = Tiene poca relación conmigo; bastante en desacuerdo; pocas veces sucede.
- 3 = Algunas veces de acuerdo y otras en desacuerdo; algunas veces sucede; otras no.
- 4 = Muy relacionado conmigo; muy de acuerdo; sucede bastantes veces.
- 5 = Siempre relacionado conmigo; totalmente de acuerdo; siempre sucede.

N°	ENUNCIADOS	1	2	3	4	5
1	Hago amistades con facilidad en mi universidad.					
2	Mi carrera me permite desarrollar otras fortalezas como prestigio o solidaridad, en mi forma de ser.					
3	Aunque fuera posible no me cambiaria de universidad.					
4	Suelo sentir que mi estado de ánimo cambia con facilidad.					
5	Escogí esta carrera porque mis gustos y preferencias encajan con ella.					
6	Habitualmente tengo la sensación de no tener los suficientes amigos o compañeros que deseo en la universidad.					
7	Elegí bien la carrera que estoy estudiando.					
8	Tengo capacidades y vocación para el área profesional que elegí.					
9	Suelo sentirme triste o abatido(a).					
10	Considero que tengo bien organizado mi tiempo.					
11	Últimamente me he sentido confundido(a) y desorientado(a).					
12	Me gusta la universidad en la que estudio.					
13	Hay situaciones en las que creo estar a punto de perder el control de mis emociones.					
14	Me siento comprometido(a) con la carrera que elegí.					
15	Conozco bien los diferentes servicios que brinda mi universidad.					
16	Me gustaría terminar mis estudios en la universidad en la que me encuentro actualmente.					
17	Últimamente me he sentido pesimista.					
18	Las notas que he obtenido han sido buenas y me han permitido avanzar en la carrera.					
19	Mis compañeros de curso son importantes para mí crecimiento personal.					

20	Cuento con las capacidades suficientes de aprendizaje como para responder a mis expectativas académicas.					
21	Me siento cansado y con sueño a lo largo del día.					
22	Creo que la carrera que elegí permite desarrollarme profesionalmente.					
23	Siento confianza en mí mismo(a).					
24	Siento que tengo un buen grupo de amigos en la universidad.					
25	Me siento a gusto cuando tengo trabajo constante.					
26	Me he sentido solo(a) durante el último tiempo					
27	He establecido buenas relaciones con mis compañeros de curso.					
28	Suelo tener momentos de angustia.					
29	Utilizo la biblioteca de la universidad.					
30	Se me dificulta encontrar un compañero(a) de estudio que me ayude a resolver un problema personal.					
31	Se me dificulta concentrarme en una tarea durante mucho tiempo.					
32	Planifico las actividades que debo realizar diariamente.					
33	Tengo amigos y amigas cercanos en la universidad.					
34	Suelo realizar con calma y tiempo las tareas de la universidad.					
35	Tengo problemas para organizar bien mi tiempo, y esto hace que tenga bajo desempeño académico.					
36	Se me facilita iniciar una conversación con nuevos compañeros.					
37	Elegí una carrera de acuerdo con mis aptitudes y capacidades.					
38	Se me conoce como una persona amigable y simpática.					
39	Pienso en muchas cosas que me ponen triste.					
40	Me gusta compartir momentos con mis compañeros cuando no estamos en clase.					
41	Sé establecer prioridades con respecto a las actividades en las que invierto mi tiempo.					
42	Tengo facilidad para reunirme con amigos(as) porque soy una persona sociable.					
43	Mis relaciones de amistad son cada vez más estables, duraderas e independientes.					
44	Logro tomar buenos apuntes en las clases.					
45	Me siento físicamente débil.					
46	Mi universidad no me genera interés.					
47	Siento que voy a lograr ser eficaz en la preparación de mis exámenes.					
48	La biblioteca de la universidad se encuentra bien dotada (cantidad y variedad de bibliografía).					
49	Procuró organizar la información obtenida en las clases.					
50	Me gusta el sector donde está ubicada mi universidad.					
51	Me siento decepcionado(a) de mi carrera.					
52	Tengo dificultad para tomar decisiones.					
53	Tengo buenas capacidades para el estudio.					

54	Mis gustos personales fueron decisivos para elegir mi carrera.					
55	Últimamente, suelo sentirme ansioso(a).					
56	Estoy estudiando una carrera diferente a la que siempre quise.					
57	Soy puntual para llegar al inicio de las clases.					
58	Mi universidad posee buena infraestructura.					
59	Se me dificulta hacer amigos en el aula de clase.					
60	Aunque fuera posible no me cambiaria de carrera.					

Gracias por tu participación.

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (BIEPS-J)

De la misma manera como en el cuestionario anterior, se te invita a llenar la siguiente escala, marcando tu respuesta en cada una de las frases sobre la base de lo que pensaste y sentiste el último mes. Las alternativas de respuesta son:

ESTOY DE ACUERDO
NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO
ESTOY EN DESACUERDO

Recuerda que no hay respuestas buenas o malas. Marca tu respuesta con un aspa (X) y no dejes frases sin responder.

N°	FRASES	DE ACUERDO	NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO	EN DESACUERDO
1	Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.			
2	Tengo amigos(as) en quien confiar.			
3	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
4	En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.			
5	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
6	Me importa pensar que haré en el futuro.			
7	Generalmente le caigo bien a la gente.			
8	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
9	Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10	Si estoy molesto(a) por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.			
11	Creo que en general me llevo bien con la gente.			
12	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
13	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			

Gracias por tu participación.

Anexo N° 3. Estadísticos descriptivos de las dimensiones de Adaptación universitaria.

Tabla 7

Estadísticos descriptivos de las dimensiones de Adaptación Universitaria en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Dimensión	Media	DE	Asimetría g1	Curtosis g2
Adaptación Universitaria	198.9	16.18	-.11	.26
Personal	31,98	9,29	,52	-,48
Interpersonal	43,93	6,77	-,89	,90
Carrera	50,32	4,45	-,41	,57
Estudio	44,77	5,61	-,16	-,44
Institucional	27,86	4,69	-,56	,92

En la Tabla 7, se muestra una distribución normal ($|g1| < 1$; $|g2| < 1$) en los puntajes de las dimensiones Personal con una media de 31.98 (9.29), Interpersonal con una media de 43.93 (6.77), Carrera con una media de 50.32 (50.32) e Institucional con una media de 27.86 (4.69) y en general la Adaptación Universitaria con una media de 198.9 (16.18) en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Anexo N° 4. Estadísticos descriptivos de las dimensiones del Bienestar Psicológico.

Tabla 8

Estadísticos descriptivos de las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.

Dimensión	Media	DE	Asimetría g1	Curtosis g2
Bienestar Psicológico	35,74	3,70	-3,33	13,71
Control	11,18	1,31	-2,58	9,19
Vínculos	8,26	1,20	-2,51	7,51
Proyectos	8,40	1,06	-2,56	8,41
Aceptación	7,90	1,16	-1,11	0,75

En la Tabla 8, se muestra una distribución con presencia de asimetría negativa y leptocurtosis ($g1 < -1$; $g2 > 1$) en los puntajes de las dimensiones control con una media de 11.18 (1.31), vínculos con una media de 8.26 (1.20), proyectos con una media de 8.40 (1.06) y aceptación con una media de 7.9 (1.16) y de forma general el Bienestar Psicológico con una media de 35.74 (3.70) en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Trujillo.