

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOEFICACIA  
ACADÉMICA EN ESTUDIANTES  
UNIVERSITARIOS DE LIMA 2022”

Tesis para optar al título profesional de:

**Licenciada en Psicología**

**Autora:**

Fabiola Carmen Rosa Delgado Villegas

**Asesor:**

Dr. Kelly Milagritos Casana Jara

<https://orcid.org/0000-0002-7778-3141>

Lima - Perú

**JURADO EVALUADOR**

Jurado 1 Presidente(a)	<b>RAÚL INJANTE MENDOZA</b>	<b>10747556</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	<b>TANIA CARMELA LIP MARÍN DE SALAZAR</b>	<b>08179761</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	<b>JANETH IMELDA SUAREZ PASCO</b>	<b>18084992</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

## INFORME DE SIMILITUD

### BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LIMA 2022

#### INFORME DE ORIGINALIDAD



#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>renati.sunedu.gob.pe</b> Fuente de Internet	<b>4</b> %
<b>2</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>2</b> %
<b>3</b>	<b>repositorio.uwiener.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>4</b>	<b>repositorio.usil.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>5</b>	<b>revistacientifica.uaa.edu.py</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>6</b>	<b>Submitted to Universidad Privada del Norte</b> Trabajo del estudiante	<b>1</b> %
<b>7</b>	<b>repositorio.autonoma.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>8</b>	<b>es.scribd.com</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %

## DEDICATORIA

Para Alex

Por ser el mejor equipo y compañero en este camino, esto también es tuyo.

## AGRADECIMIENTO

A Dios, por su amor y su compañía

A mi mamá Alicia, por ser ejemplo de ingenio y creatividad

A mi papá Raúl, por ser ejemplo de trabajo

A mi hermana Leidy por sus consejos

A toda mi familia, la que vive conmigo y la que está lejos, por su apoyo

A mi hijita Miel, por hacerme una mejor persona

A M. por ser mi ángel

A mis mejores amigos de vida Patito, Vale y Kevin

A Las Mosqueteras Draisly, Yesabely, Camila, Magaly,

Samanta, Thalia y mi compañero de la virtualidad Erick.

A la señora J. por su calidez y sus lecciones

A los mejores profesores que he tenido Charlies, Karina, Katty y Gerald

A mi profesora Rosario por su amistad

A mi asesora Milagritos por guiarme en este proceso

A la Universidad Privada del Norte, por apoyarme con becas y oportunidades

**Tabla de contenido**

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	8
RESUMEN	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	10
<b>1.1. Realidad problemática</b>	<b>10</b>
<b>1.2. Formulación del problema</b>	<b>23</b>
1.2.1. Problema general	23
1.2.2. Problemas Específicos	23
<b>1.3. Objetivos</b>	<b>24</b>
1.3.1. Objetivo general	24
1.3.2. Objetivo específico	24
<b>1.4. Hipótesis</b>	<b>24</b>
1.4.1. Hipótesis general	24
1.4.2. Hipótesis específicas	25
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	26
CAPÍTULO III: RESULTADOS	34
<b>1. Evaluación de la normalidad</b>	<b>34</b>
<b>2. Evaluación y contraste de las hipótesis del estudio</b>	<b>35</b>

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	37
REFERENCIAS	43
ANEXOS	46

## Índice de tablas

Tabla 1 Comportamiento de las variables.....	33
Tabla 2 Relación entre las variables.....	34
Tabla 3 Relación entre las dimensiones del B.P. y la A.A.....	35



## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022. Se realizó esta investigación con un diseño no experimental, bajo un enfoque cuantitativo, de tipo básica y con un nivel correlacional. Donde se tuvo como muestra a 385 estudiantes de distintas carreras, de ambos sexos masculino (25%) y femenino (75%), con un rango de edad entre los 18 a 29 años y de las distintas carreras de las universidades de Lima. Para esta investigación, se empleó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989) con una adaptación en Perú de Álvarez (2019) y la Escala de Autoeficacia Percibida de Situaciones Académicas (1983) con una adaptación en Perú de Navarro y Domínguez (2019). Los resultados indicaron que existe una relación significativa entre las variables de bienestar psicológico y autoeficacia académica, con una fuerza de relación moderada. Por lo que, se confirma la hipótesis alterna, donde se plantea que existe una relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Concluyendo que, a mayor bienestar psicológico, en los estudiantes universitarios de Lima, mayor autoeficacia académica.

**PALABRAS CLAVES:** Autoaceptación, autoeficacia académica, autonomía, bienestar psicológico, estudiantes universitarios

## CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

### 1.1. Realidad problemática

Chuquilin (2021) definió que el bienestar psicológico se refiere a la vivencia individual que se forma a medida que uno se desarrolla psicológicamente, y a la habilidad de establecer conexiones positivas con las distintas experiencias que se experimentan a lo largo del tiempo. Así mismo, Dancourt (2022) menciona las seis dimensiones que fue determinada por Ryff con el propósito de evaluar el espectro que abarca desde lo positivo hasta lo negativo en cuanto al bienestar psicológico. En el ámbito de los estudiantes universitarios, el bienestar psicológico juega un papel crucial para alcanzar un rendimiento académico satisfactorio. Ya que, según Amorós y Remor (2018), te brindan recursos cognitivos y socioemocionales que se relacionan de manera positiva con el afrontamiento directo a las dificultades, la tolerancia al estrés y el desempeño en tareas intelectuales, favoreciendo así la persistencia en los objetivos académicos y en los procesos de aprendizaje, la autorregulación.

En la actualidad, bajo la situación del Covid19, en el ámbito universitario muchos de los estudiantes se han visto obligados a hacerle frente a múltiples cambios importantes, sin embargo, estos cambios traen consigo dificultades durante el proceso de conseguir lo que se quiere en el ámbito académico y profesional, por lo que sería fundamental alcanzar niveles adecuados de bienestar psicológico. Ya que, Cornejo, et al. (2019) confirma en un estudio que, existe una relación positiva entre el bienestar psicológico y niveles más altos de metas de estudio, identidad y satisfacción institucional. En este sentido, se analizará la conexión que exista entre las dos variables en los estudiantes universitarios que son de Lima en el 2022.

Según la investigación realizada por Barrera et al. (2018), se llegó a la conclusión de que los estudiantes que tenían un propósito en la vida y se sentían competentes para manejar

su entorno mostraban niveles elevados de bienestar psicológico. Además, estos estudiantes se valoraban a sí mismos como buenos estudiantes. Por otro lado, Perez et al. (2018), en su estudio que incluyó a estudiantes universitarios de dos universidades, una pública y otra privada, encontraron que a medida que el bienestar psicológico aumentaba, también aumentaban las metas de estudio, la identidad y la satisfacción institucional.

Primero, en el extranjero se realizaron estudios como el de Gabior, Barrera y Moreta (2018) en Ecuador, donde se demostró que los participantes de educación universitaria que demostraban un nivel bajo de bienestar psicológico estaban vivenciando situaciones desagradables en su vida y se encontraban más expuestos a desarrollar algún problema psicológico. Así mismo, Barrera, et al. (2018) en México, en una investigación concluyeron que, los participantes reflejaban un bienestar psicológico cuando tenían un propósito en la vida y se sentían competentes para enfrentar los desafíos de su entorno., además de que se valoraban a sí mismos como buenos estudiantes.

Por otro lado, De la Cruz, et al (2019) encontraron en Colombia que el 4.2% de la población, siendo las mujeres, tenían menor bienestar psicológico. Segundo, en el Perú, Pérez, et al (2018) en su estudio a universitarios de dos universidades, pública y privada, encontró como resultado que a medida que aumenta el bienestar psicológico, también aumentan las metas de estudio, la identidad y la satisfacción institucional. Del mismo modo, Canedo, et al. (2019) al examinar las relaciones entre el bienestar psicológico y las estrategias cognitivas de regulación emocional, en términos generales, esta última mostró influencia sobre todas las dimensiones del bienestar psicológico. Por último, en Lima, Chocas, et al. (2018) no halló relación significativa entre el bienestar psicológico y ninguna de las dimensiones de la procrastinación.

Las variables para investigar en este estudio son el bienestar psicológico y todas sus dimensiones: Autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno,

propósito en la vida y crecimiento personal; junto a la autoeficacia académica. En España, Alegre (2020) en relación con la autoeficacia académica y la variable de Bienestar psicológico encontró que existe una relación significativa. Sin embargo, en la actualidad peruana, no se ha realizado una investigación con ambas variables, por lo que sería fundamental realizar este estudio.

Esta última variable, la autoeficacia académica, fue definida por Eccles & Wigfield (2020) como las creencias de las personas en relación con su desempeño académico y con un mejor logro en las tareas, al favorecer su perseverancia en los trabajos y su estilo de aprendizaje. Así mismo, se menciona que los universitarios con un nivel alto de autoeficacia académica se mantienen estables, aunque tengan momentos poco exitosos en la realización de sus tareas (Prat-Sala & Redford, 2019). Por último, para definir las seis dimensiones, vamos a tener en cuenta los conceptos que menciona Chuquilin (2021)

Así mismo, dentro de las limitaciones, no se ha encontrado una investigación que estudie la relación de ambas variables (bienestar psicológico y autoeficacia académica) dentro del Perú y más aún en Lima. Por último, en la Universidad Privada del Norte, aún no hay investigaciones que nos ayuden a identificar como perciben los estudiantes su bienestar psicológico en relación con el logro de su autoeficacia académica, por lo que conocer estos aspectos nos ayudarán a conocer y prevenir conductas como la deserción universitaria o el fracaso de esta.

En cuanto a los antecedentes internacionales tenemos a, Estrada et al. (2018) que realizó en Colombia un estudio con el objetivo de analizar la relación entre dos variables bienestar psicológico y el burnout académico en jóvenes estudiantes de ese país. La muestra fue de 452 jóvenes estudiantes con edades entre 15 y 55 años, donde 258 estudiantes fueron varones y 194 fueron mujeres. El método que utilizaron es cuantitativo, correlacional y de corte transversal. Los instrumentos que utilizaron, es la Escala de Burnout Académico de

Barraza (2009) y la Escala de Bienestar psicológico BIPSI. En los resultados, se encontraron que hay significancia negativa entre la relación estadística del bienestar psicológico y el burnout académico. Esto implica que a medida que aumenta la sintomatología de burnout en los estudiantes, los niveles de bienestar psicológico disminuyen en proporción correspondiente. Esta investigación es relevante ya que da a conocer una diferencia significativa en el bienestar psicológico entre varones y mujeres, siendo estas últimas las que poseerían un mayor nivel.

Serna y Valerio (2018) realizaron una investigación en México cuyo propósito fue indagar o reconocer la relación existente entre dos variables, bienestar psicológico y redes sociales. Para dicho estudio, trabajaron con 200 estudiantes universitarios pertenecientes a una universidad privada, de estos 112 fueron mujeres y 88 varones, cuyas edades estuvieron entre los 17 y 25 años. El método que utilizaron es cuantitativo de corte tipo correlacional y transversal. Además, se utilizó como instrumentos, la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de Sánchez-Cánovas (2013) y la Escala de Intensidad de Uso de Redes Sociales (IURS). Los resultados del estudio indicaron una relación negativa entre la cantidad de tiempo diario que los estudiantes dedicaron a Facebook y su bienestar psicológico subjetivo y bienestar material. Asimismo, se encontró una asociación positiva entre la cantidad de fotos que los estudiantes comparten en Facebook y su bienestar psicológico subjetivo. Esta investigación es útil pues nos permite conocer que el grupo de edad con menor bienestar psicológico y más uso de redes sociales oscilan entre las edades de 19 y 25 años.

Arriaga (2018) en México hizo un estudio con el fin de comparar el estado de Bienestar psicológico en relación con el sexo en estudiantes de nivel superior. Para dicho estudio, trabajaron con 134 estudiantes universitarios que pertenecían a la Universidad Autónoma de México, con participantes compuestos por 67 mujeres y 67 varones. El método que utilizaron es cuantitativo de corte tipo correlacional y transversal. Además, se utilizó la

Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada por Van Dierendonck (2004). Los resultados mostraron que no existe significativamente una diferencia estadística en función al sexo, confirmando la hipótesis nula, además de que se estableció que los mayores puntajes se encontraron en las dimensiones de autoaceptación y relaciones interpersonales. Esta investigación es útil pues nos permite conocer que el hecho de ser mujer o hombre es un factor irrelevante para compararlos en términos de bienestar psicológico, pues no se encontraron diferencias significativas.

Jiménez et al. (2019) llevaron a cabo un estudio en Chile, donde buscaban determinar la relación existente entre las variables, bienestar psicológico y síntomas depresivos, en los participantes universitarios de pregrado. Para este estudio, se trabajó con 580 estudiantes entre hombres y mujeres, con edades de 18 y 25. El método utilizado fue un diseño de tipo transversal, no experimental, de carácter descriptivo y exploratorio. Además, emplearon para la variable de depresión el Inventario de Beck y para el bienestar psicológico el cuestionario de Ryff. Las estadísticas revelaron una relación significativa e inversa relación entre el bienestar psicológico y los síntomas depresivos. Esto último se encuentra sobre todo establecido en dimensiones de relaciones positivas, autonomía y propósito en la vida. Estos datos, son importantes para esta investigación ya que nos permite conocer que los puntajes más elevados en la dimensión de autonomía, los obtuvieron los hombres, mientras que, en las dimensiones de propósito en la vida y relaciones positivas, fueron las mujeres quienes obtuvieron puntajes más elevados.

González et al. (2021) realizó una investigación en España, con el objetivo de analizar en qué medida, estudiar el pregrado a distancia y el sentimiento de autoeficacia académica influye en los resultados que se logran. Esta muestra fue de 8655 estudiantes que estudian actualmente en la universidad durante el periodo 2017/2018 y 2018/2019. El método que utilizaron es cuantitativo, correlacional y de corte transversal. Los datos obtenidos, fueron

con la aplicación de los cuestionarios de motivación intrínseca MDP y la escala de Schawzer de autoeficacia académica general. Los resultados obtenidos muestran una relación negativa entre la motivación extrínseca y las tasas de evaluación y éxito, mientras que la motivación intrínseca no tiene ninguna influencia significativa. El sentimiento de autoeficacia es el único factor que muestra una asociación positiva con el rendimiento académico. El presente estudio, es importante para la investigación, pues menciona que está relacionada positivamente, la autoeficacia académica con el rendimiento académico y el logro de objetivos de los estudiantes universitarios.

En cuanto a los antecedentes nacionales tenemos a, Hernández, Alhuay- Quispe y Carranza-Esteban (2019) que hicieron una investigación con el objetivo de examinar la relación entre el rendimiento académico y el bienestar psicológico, en jóvenes universitarios de Tarapoto. La muestra fue de 202 estudiantes de la facultad de psicología de una universidad particular que se encuentra en Tarapoto. Su método en esta investigación fue de no experimental, de tipo correlacional y de corte transversal. Se utilizó el instrumento, para el bienestar psicológico el Cuestionario de Ryff y un informe con todas las notas de los participantes. Como resultados, encontraron que hay una relación existente estadísticamente significativa y directa entre el rendimiento académico y el bienestar psicológico. Esto implica que a medida que el bienestar psicológico de los estudiantes aumenta, también mejora su rendimiento académico. El presente estudio es relevante en nuestra investigación, pues afianza la idea de que el adecuado bienestar psicológico es un factor importante para la estabilidad académica en los estudiantes universitarios.

Tacca y Tacca (2019) hicieron un estudio con el fin de conocer la relación existente entre las variables de bienestar psicológico y estilo de afrontamiento en universitarios de Lima. Para este estudio, se trabajó con 158 estudiantes donde 84 eran hombres y 74 eran mujeres, con un rango de 38 años. Se utilizó, como método un diseño de tipo cuantitativo,

de carácter correlacional y transversal. Además, utilizaron como instrumentos, el (COPE) en la variable de Estilos de Afrontamiento y el Cuestionario de Bienestar psicológico de Ryff. Los hallazgos estadísticos mostraron una relación positiva entre el estilo de afrontamiento centrado en el problema y centrado en las emociones, y el bienestar psicológico. Los coeficientes de correlación obtenidos fueron de (56) y (50) respectivamente. Así mismo, se halló que aquellos estudiantes mayores de 41 años poseen mejores y más amplias estrategias de afrontamiento y también reflejan un bienestar psicológico mayor. Estos datos son útiles, pues se observa que las mujeres que participaron en la investigación reportan en el bienestar psicológico y en la mayoría de sus dimensiones, a excepción de la autonomía, puntuaciones más altas que los hombres.

Oré (2020) realizó una investigación que tenía como propósito conocer la asociación entre dos variables el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés. Para esta investigación, se trabajó con 421 internos de psicología de la provincia constitucional del Callao, entre las edades de 18 y 30 años. El diseño que utilizaron fue de tipo descriptivo correlacional y no experimental. Así mismo, se utilizó como instrumento, el Cuestionario de Modos para la variable afrontamiento al estrés y una escala para la variable de bienestar psicológico. Los hallazgos que se obtuvieron indican que sí hay una alta relación entre las dos variables del bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés, y así mismo, se encontró entre el bienestar psicológico y todas las dimensiones del afrontamiento al estrés, una relación significativa. Esta investigación fue muy importante porque nos permite conocer que a mayor bienestar psicológico en internos de psicología hay mayor capacidad de afrontamiento al estrés.

Burgos y Salas (2020) hicieron un estudio cuyo propósito es conocer la relación procrastinación y autoeficacia en el ámbito académico. La muestra del estudio estuvo compuesta por 178 universitarios, en un rango de edad entre 18 a 36 años, de universidades



públicas. A estos participantes se les administraron dos escalas, la Escala de Autoeficacia Percibida para Situaciones Académicas EAPESA y la Escala de Procrastinación Académica EPA. Los resultados del estudio mostraron correlaciones significativas entre las variables estudiadas. Se halló una correlación entre la dimensión de autorregulación y la autoeficacia académica, de positiva. Por otro lado, se observó una correlación negativa entre la dimensión de postergación de actividades y la autoeficacia académica. Además, se encontró que las mujeres presentaron niveles más altos de autorregulación académica en comparación con los hombres. Estos datos obtenidos en la investigación son importantes porque muestran que los estudiantes de los primeros ciclos, en autoeficacia académica, presentan mayor puntaje a diferencia de los alumnos de últimos ciclos. Así mismo, se encontró que las mujeres son quienes tienen mayores puntuaciones en esta misma variable.

Dancourt (2022) realiza una investigación que tenía como finalidad conocer la relación entre dos variables, el bienestar psicológico y el estrés académico en universitarios de Lima Sur. Este estudio, tuvo una muestra, donde se trabajó con 227 universitarios de sexo masculino y femenino del séptimo al penúltimo ciclo de la carrera de psicología. El método que utilizaron es cuantitativo, correlacional y de corte transversal. Se utilizaron, para la recolección, la Escala de bienestar psicológico para adultos BIEPS-A y el Inventario de estrés académico SISCO SV. Los hallazgos que se encontraron indican una relación inversa y significativa entre el bienestar psicológico y el estrés académico en los estudiantes universitarios. Esto implica que a medida que el bienestar psicológico de los estudiantes aumenta, los niveles de estrés académico disminuyen. Así mismo, se halló que las mujeres reflejaban una mayor carga de estrés que los varones. Por último, que a nivel general el porcentaje de estrés académico que se percibió fue de 68.7% mientras que el bienestar percibido fue de 58.6%. Este estudio es relevante pues nos indica que hay diferencias significativas e importantes en cuanto al estrés percibido en mujeres y hombres, siendo más

altas en estas últimas. Además de darnos como resultado, la relación inversa que hay entre ambas variables de este estudio.

En cuanto a las bases teóricas del Bienestar psicológico, Contini, Figueroa, Lacunza, Estévez y Levín (2005), determinaron al bienestar psicológico como respuesta a una autoevaluación, por lo que, la interacción eficaz con las personas más cercanas es un elemento importante que permite experimentar un bienestar psicológico adecuado, según lo observado en este estudio. Sin importar los recursos económicos o de jerarquía, ni objetos materiales. Es decir, es una valoración subjetiva repercutida por los antecedentes del sujeto con las cosas que suceden en la actualidad.

González y García-Viniegras (2000) afirmaron sobre el bienestar psicológico, que este debe considerarse como el nivel afectivo positivo que obtiene una persona después de una evaluación satisfactoria de las características psicológicas, físicas y sociales que posee en la actualidad. Es así como, aquellos que presentan un bienestar psicológico de mayor nivel sentirán afectos positivos al realizarse una evaluación propia, percibiendo que están en un momento beneficioso.

Una característica, del bienestar psicológico es que no se trata ni representa algo orgánico, como una talla adecuada o una apariencia saludable, más bien el bienestar psicológico se encuentra verdaderamente relacionado a la percepción que poseen las personas para manifestar su aprobación con aquello que les ofrece el entorno, así como discernir que referente a las capacidades, habilidades, logros y destrezas se encuentran como lo esperan y quieren. En consecuencia, las personas con un adecuado bienestar psicológico poseen una impresión de su ajuste psicosocial y funcionalidad en armonía con la expectativa que se tiene anticipadamente (Byrne, 2000).

Por otro lado, el bienestar psicológico está estrechamente relacionado con la calidad de vida de una persona, que creen que aquellos aspectos importantes fueron cubiertos, y que el entorno en el que están les da acceso a cubrir otros aspectos, bajo esto es probable diferenciar los aspectos característicos de una persona que tiene o carece de bienestar psicológico (Byrne, 2000).

Las personas que tienen un elevado bienestar psicológico suelen tener como característica principal la autoaceptación, pues se asumen y se sienten satisfechos con sus características personales, ya sea en el aspecto intelectual como físico y en su relación con el resto. Así mismo, el bienestar psicológico significa sentirse satisfecho con su propio ser, por esto, la autoeficacia, competitividad y alta autoestima serán representativos en estas personas (Benatuil, 2004)

Por otro lado, cuando una persona refiere un nivel de bienestar psicológico inadecuado es altamente posible que vivencien en la actualidad momentos de depresión o ansiedad, percibiendo que gran parte de las cosas que hacen son erróneos, se realizaron de manera equivocada o fueron en vano, por esta manera es que no hay una autoaceptación propia y por ende hay un bienestar psicológico inadecuado (García, Straniero, Torrecilla y Páramo, (2012).

En la teoría sobre el bienestar psicológico y la psicología positiva. Seligman, representante de esta última, después de su teoría creada junto a sus colegas en el 2011, se sigue preguntado ¿qué es verdaderamente el bienestar? Para poder responder a esta pregunta, se hace una búsqueda de las teorías más importantes que hay con el concepto o constructo de bienestar.

Para hacerlo recogieron estudios desde las ciencias económicas, la política pública y la psicología formando tres grandes categorías de teorías de bienestar (Jayawickreme,

Forgeard, & Sñegiman, 2012). Sin embargo, estas tres grandes categorías, no son los únicos aportes de los autores, sino que, tras el análisis de los diferentes aportes, consiguen tomar el modelo de Hagerty, para luego modificarlo y formular un modelo causal del bienestar. Logrando así, que muchas de las formas de concebir el bienestar como las de Nussbaum, Ryff, Sen y otros, puedan coexistir unas con otras en un paradigma integrador.

El bienestar psicológico y la teoría de Carol Ryff et. al. (2006) menciona sobre el bienestar psicológico, que es un modelo de varias dimensiones basado en la perspectiva eudaimonista que está determinado por el crecimiento personal y por medio del que se estiman los resultados obtenidos respecto al estilo de vida o forma adquirida (Castro, 1995) y se encuentra formado por 6 dimensiones: crecimiento personal, autoaceptación, relaciones positivas, sentido de vida, manejo del ambiente y autonomía. Dichas dimensiones determinan el bienestar psicológico al grado teórico-operacional.

La autoaceptación, es representada por la aprobación de uno mismo teniendo en cuenta aspectos positivos y negativos, con afectos positivos sobre lo vivido y las experiencias pasadas Chávez (2008).

Las relaciones positivas, estas se identifican debido a la calidez y gratitud, la persona se interesa y busca el bienestar del resto de personas, posee la capacidad de ser recíproco, empático y mantener vínculos íntimos de manera adecuada Chávez (2008).

El crecimiento personal, se trata de la capacidad de estar en constante desarrollo, teniendo una percepción de haber logrado el desarrollo personal, observando mejoras en su comportamiento durante el paso del tiempo y el logro de sus mejoras reflejando un autoconocimiento elevado (Chávez, 2008).

El manejo del ambiente, se trata de poseer competencia y dominio del ambiente, saber manejar situaciones externas, usar la mayoría de las oportunidades y la facultad para

seleccionar o crear momentos oportunos para cubrir y satisfacer necesidades propias (Chávez, 2008).

El sentido de vida, característico de las personas que poseen un sentido de orientación y metas vida. Por lo que, lo vivido y su vida presente son verdaderamente importantes y manteniendo creencias que sumen a futuros proyectos de valor (Chávez, 2008).

La autonomía, es cuando la persona tiene independencia y autodeterminación, teniendo la capacidad de controlar los cambios sociales y desempeñándose en distintas situaciones, regulando su comportamiento y autoevaluándose de acuerdo a sus normas propias (Chávez, 2008)

En cuanto a las bases teóricas de la Autoeficacia Académica, según Davidson, Feldman, Ben-Naim, Margalit y Maza (2016) la autoeficacia académica se puede definir como las creencias de cada persona con respecto a su capacidad de estudiante para organizar, regular y ejecutar acciones que lo ayuden a llegar a los grados de desempeño deseado para el logro y éxito académico. Así mismo, (Eccles & Wigfield, 2002; Schunk, 1995) señalan que en aquellos estudiantes con autoeficacia académica alta suelen mantenerla estable, a pesar de que pasen por frustraciones en sus actividades académicas, lo que los ayuda a tener una carrera satisfactoria.

Barraza (2010) halló después de un análisis exploratorio, que la autoeficacia académica posee tres componentes: El output se refiere a las acciones relacionadas con la producción académica, el input se refiere a las acciones relacionadas con la entrada de información y la retroalimentación se refiere a las acciones relacionadas con la interacción y comunicación durante el proceso de aprendizaje. Estas tres dimensiones están

interconectadas y se complementan entre sí para facilitar un aprendizaje efectivo y significativo.

Estos componentes han sido sustentados con teoría desde el enfoque sistémico, pues se considera en lo general, al ser humano y en lo particular, al aprendizaje. Desde este enfoque, se reconoce que el individuo y su aprendizaje están interconectados con el entorno y que existen diversas relaciones y vínculos que influyen en la continuidad y desarrollo del sistema.

### **1.1.1. Justificación de la Investigación**

El estudio presenta relevancia teórica ya que contribuye con profundizar el conocimiento existente sobre el bienestar psicológico en estudiantes universitarios, así mismo, contribuirá a revelar la relación y el efecto que la variable autoeficacia académica tiene en el de bienestar psicológico y, por último, con los hallazgos encontrados se podrán favorecer a futuras investigaciones que se hagan en poblaciones similares a estas.

Esta investigación que tiene importancia práctica servirá para que las universidades puedan prevenir dificultades psicológicas, mediante la creación e implementación de estrategias como talleres, charlas, entre otras herramientas para fomentar y mejorar el bienestar psicológico que además tendrá un impacto importante en la población donde se realice. Así mismo, al confirmarse sobre la relación de estas variables, se podrá obtener una visión más amplia y se podrá alertar a docentes, padres de familia y futuros investigadores para que se puedan desarrollar y ejecutar actividades adecuadas, necesarias y beneficiadoras en los estudiantes.

Desde esta perspectiva, que involucra el nivel metodológico, es relevante pues los instrumentos se complementan con la población, además de que se utilizó un método correlacional de tipo descriptivo lo que permite estudiar e identificar de manera adecuada la

relación que tienen las variables en los estudiantes con el propósito de ser útil para ser utilizado en futuras investigaciones y en distintos ámbitos académicos.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

- ¿Cuál es la relación de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?
- ¿Cuál es la relación de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?
- ¿Cuál es la relación de la dimensión autonomía del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?
- ¿Cuál es la relación de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?
- ¿Cuál es la relación de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?
- ¿Cuál es la relación de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?

### **1.3. Objetivos**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022

#### **1.3.2. Objetivo específico**

- Determinar la relación de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022
- Determinar la relación de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022
- Determinar la relación de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022
- Determinar la relación de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022
- Determinar la relación de la dimensión autonomía del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022
- Determinar la relación de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022

### **1.4. Hipótesis**

#### **1.4.1. Hipótesis general**

Hi: Existe una relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico



y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022

Ho: No existe una relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022

#### **1.4.2. Hipótesis específicas**

- Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022
- Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022
- Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022
- Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022
- Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión autonomía del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022
- Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022

## CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

### 1. Tipo y diseño de estudio

Teniendo en cuenta a Ato, Benavente y López (2013), este estudio se define desde un enfoque cuantitativo, ya que su objetivo es poder contrastar la hipótesis en base al análisis estadístico y la medición numérica. Por otro lado, el nivel de estudio que presenta fue correlacional, pues tiene como fin, conocer el grado de relación entre dos variables (Hernández, Fernández y Baptista; 2014). El diseño de esta investigación es no experimental de tipo transversal, puesto que las variables a investigar no han sido manipuladas y lo único que se realizó es el análisis, que serán medidas con dos escalas psicométricas validadas con el propósito de establecer el grado de correlación de ambas variables. Es importante mencionar, que la información se extrajo gracias a los instrumentos de medida, para que después esto se pueda procesar e interpretar sin realizar ninguna acción directa sobre el objeto de estudio (Bernal, 2010).

Por último, la presente investigación, fue de tipo aplicada, pues a pesar de que el estudio se centra en la asociación de las dos variables, el propósito de este estudio es aplicar los resultados para mejorar la vida de los estudiantes universitarios, lo cual es característico de la investigación de tipo aplicada. De acuerdo a Murillo (2008), la investigación aplicada se distingue por su objetivo de aplicar o utilizar los conocimientos adquiridos, al mismo tiempo que se adquieren nuevos conocimientos a través de la implementación y sistematización de prácticas basadas en la investigación. En el caso de este estudio, los resultados obtenidos podrían ser utilizados para desarrollar programas o intervenciones que promuevan el bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios, en lugar de simplemente buscar una ampliación del conocimiento teórico.

## 2. Población y muestra

Para fines de esta investigación, se tuvo como población a los estudiantes universitarios de Lima. Esta población estuvo compuesta por 512,292 estudiantes matriculados de las distintas carreras profesionales, de 5 universidades particulares de Lima y de ambos sexos, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (2022)

Para la determinación de la muestra, al ser una población muy grande, según Aguilar (2005) se debe realizar el cálculo, haciendo uso de una fórmula que se seleccionó con un nivel de confianza del 95% llevado a cabo con un margen de error del 5%, acorde a los criterios señalados, a 385 estudiantes, ya que esta cantidad de la muestra se considera adecuada para el análisis estadístico, que se obtuvo con la siguiente fórmula:

$$N = \frac{z^2 pq}{e^2}$$

Para la elección de estos, se utilizó un muestreo aleatorio simple, en este método se descargó en una hoja de Excel todas las respuestas brindadas por los participantes y a cada uno de estos se le asignó un número único que lo identifique, luego se realizó el uso de las fórmulas aleatorias y jerárquicas para que todos los participantes tengan la misma probabilidad de ser seleccionados y ser parte de la muestra de estudio. Es decir, que se realizó al azar, sin ninguna selección intencional o sesgada, lo que ayuda a minimizar los errores de muestreo y garantiza resultados precisos.

## 3. Técnicas y materiales

**3.1. Técnicas:** La técnica de recolección de datos utilizado durante el proceso del presente estudio fue la encuesta, la cual es concebida como una estrategia cuantitativa que

tiene como fin obtener datos específicos de un número grande de personas, para luego llegar a inferencias y conclusiones acerca de la población Amat y Rocafort (2017).

**3.2. Materiales:** Para fines de esta investigación, se utilizaron dos instrumentos para la medición de las variables, que se detallaran a continuación:

➤ **Instrumento n°1:** La Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

- La Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989) cuenta con 84 ítems, en su versión inicial, que tiene como objetivo medir el bienestar psicológico en 6 dimensiones: autonomía, autoaceptación, dominio del entorno, relaciones positivas, crecimiento personal y propósito en la vida. Díaz et al. (2006) realiza su adaptación al español, con una versión que tiene 39 ítems que mantiene el mismo objetivo, medir esta variable y sus seis dimensiones antes mencionadas. La aplicación se puede dar en adolescentes y adultos de ambos sexos, con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones y enunciados de la escala. Por último, en una versión de adaptación en Perú, Álvarez (2019) reduce la cantidad de ítems, de 39 a 30, luego de toda su investigación. Esta prueba, fue aplicada en personas con edades de los 18 a los 46 años, mantiene las 6 dimensiones que son autoaceptación (1, 7, 8, 17, 22, 23), relaciones positivas (12, 24, 26), autonomía (4, 10, 13, 19, 30), dominio del entorno (21, 25, 27, 28, 29), crecimiento personal (2, 3, 9, 18) y propósito en la vida (5, 6, 11, 14, 15, 16, 20) con un tiempo de aplicación de 20 minutos aproximadamente y con una baremación de bajo para puntuaciones del 1 al 36, medio bajo de 37 a 72, medio de 73 a 108, medio alto de 109 a 144 y alto para puntuaciones de 145 a 180.

- Validez y confiabilidad

Álvarez (2019) presentó pruebas de validez relacionadas con el contenido de la prueba mediante el criterio de once jueces expertos. Después de realizar la validez de contenido con los expertos, se estableció un valor mínimo aceptable de .70 para cada ítem, utilizando el coeficiente V de Aiken. Del mismo modo, se muestran evidencias de validez de la estructura interna de la prueba, a través del análisis factorial exploratorio, con una carga factorial mayor a .40 y se utilizó el método ULS de Jöreskog (1977) para determinar el número de factores, junto con la rotación oblicua Promin (Lorenzo-Seva, 1999). Para terminar, mediante el método de consistencia interna, se encontraron pruebas de confiabilidad de las puntuaciones, utilizando el coeficiente de omega de McDonal de .96 y el error estándar de medición (EEM = .134).

Al inicio, se llevaron a cabo eliminaciones de ítems con cargas factoriales inferiores a .30. En particular, se eliminó el ítem 27 "Es difícil para mí expresar mis opiniones en asuntos polémicos" debido a su carga factorial de - .28. Después de descartar este ítem, se realizó nuevamente el análisis factorial exploratorio (AFE) y la varianza explicada común compartida fue de 42%. Posteriormente, se continuó con la eliminación de ítems cuyas cargas factoriales eran inferiores a .40. Por lo que se eliminó el ítem 10 "Tengo a pocas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar", 15 "Generalmente, me dejo influenciar por personas con creencias muy firmes" y 26 "He tenido pocas relaciones de confianza". Después de eso, se procedió a eliminar nuevamente los ítems con cargas factoriales inferiores a .40, lo cual resultó en la eliminación del ítem 23 "He tenido pocas relaciones cercanas". Para finalizar, se consideró necesario eliminar los ítems con cargas factoriales inferiores a .40. Por lo tanto, se eliminó el ítem 2 "A menudo me siento solo/sola porque tengo pocos amigos cercanos con los que puedo compartir mis preocupaciones". Como resultado de todas las eliminaciones mencionadas anteriormente, la nueva varianza

explicada común compartida aumentó al 46%. En consecuencia, el cuestionario final quedó compuesto por un total de 30 ítems.

➤ **Instrumento n°2:** La Escala de Autoeficacia Percibida de Situaciones Académicas

Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (EAPESA) Palenzuela (1983) en su versión adaptada para universitarios peruanos Navarro y Domínguez (2019) se trata de una escala de un solo eje compuesta por 10 ítems con cuatro alternativas de respuesta (desde nunca hasta siempre). Las instrucciones solicitan indicar con qué frecuencia expresan creencias relacionadas con su capacidad académica. La puntuación total se obtiene sumando los puntajes de cada ítem de manera aritmética. Además, la prueba tiene una duración de 15 minutos, fue aplicada en personas con edades de 16 a 42 años y tiene una baremación de bajo para puntuaciones de 1 al 13, medio para puntuaciones del 14 al 27 y alto para puntuaciones del 28 al 40.

- Validez y confiabilidad

Navarro y Domínguez (2019) analizaron las características psicométricas de la Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (EAPESA) en un grupo de 249 estudiantes universitarios de Perú, de un rango de edad de 16 y 42 años. La validación de contenido fue llevada a cabo por un panel de 8 jueces expertos, quienes confirmaron que los ítems de la escala eran representativos en relación al constructo evaluado.

Para la organización y análisis de los resultados, se empleó el método de la V de Aiken, obteniendo valores superiores a 0.70. El ítem 6, "Creo que soy una persona capacitada y competente en mi vida académica", alcanzó un valor mínimo de 0.781, mientras que el ítem

1, "Me considero lo suficientemente capacitado para enfrentarme con éxito a cualquier tarea académica", obtuvo el valor máximo de 0.938. En cuanto al análisis de la estructura interna, se examinó si los datos presentaban una buena bondad de ajuste para llevar a cabo el análisis factorial. En este sentido, se aplicó el método de análisis factorial por mínimos cuadrados no ponderados, sin realizar rotación. En este caso, las cargas oscilaron entre 0.593 y 0.777. Por último, con respecto a la confiabilidad de la escala, se calculó el coeficiente alfa de Cronbach para evaluar la consistencia interna de los ítems. El coeficiente alfa obtenido fue de 0.89, indicando así un nivel de confiabilidad, satisfactorio. Además, se fijó un intervalo de confianza de 0.878 a 0.916, lo que refuerza la fiabilidad de la escala en relación a la medición de la autoeficacia percibida en situaciones académicas.

#### **4. Procedimientos de recolección de datos**

Antes de la recolección, se buscó información acerca de los instrumentos, con el fin de saber si ya estaban validados en el Perú, luego de verificar la validez y confiabilidad de ambas pruebas, se realizó el formulario virtual de manera remota mediante *google forms* verificando que estén dentro todos los ítems en sus respectivas variables.

Durante la recolección, se aplicaron las escalas seleccionadas, se proporcionó al inicio de todo el proceso de evaluación el consentimiento informado a los participantes, se mencionaron las instrucciones y se dieron las indicaciones para un desarrollo adecuado de estos, así como un nexo con la investigadora para resolver posibles dudas u obstáculos, tomando en cuenta los aspectos éticos.

Después de la recolección, se descargó todas las pruebas en formato Excel, se ordenó y seleccionó 385 formularios, para luego pasarlo por el programa de SPSS 27.0, donde se

revisó la consistencia de la data, todo ello a través de una base de datos recopilada en el programa anteriormente mencionado.

## **5. Procedimiento de tratamiento y análisis de datos**

Inicialmente se procedió a verificar que las pruebas aplicadas estén adecuadamente ejecutadas. Luego, los datos obtenidos pasaron a ser procesados estadísticamente, utilizando el programa Excel y el software SPSS 27.0. En este sentido, se realizó un análisis con el objetivo de observar y conocer el contexto sociodemográfico de los instrumentos aplicados.

Además, por medio de la prueba de Kolmogorov-Smirnov, se corroboró la normalidad de los datos. Así mismo, para el proceso estadístico inferencial, se utilizó el programa SPSS 27.0 para así verificar todas las hipótesis de la siguiente manera: Primero, analizar y estudiar cómo se comporta la muestra determinar qué estadísticos de correlación utilizar: ya sea el coeficiente de correlación de Pearson o el coeficiente de correlación de Spearman. Segundo, luego de seleccionar el estadístico de correlación adecuado, se procedió a llevar a cabo el procedimiento de análisis de correlación para abordar los intereses correlacionales específicos. Tercero, en la etapa de evaluación de la significancia, se comparó el valor p obtenido del análisis de correlación con el valor teórico de contraste establecido, generalmente fijado en 0.05. Según la regla de decisión utilizada, si el valor p reportado es menor que el valor teórico de contraste se procede a rechazar la hipótesis nula y se acepta la existencia de una correlación entre las variables. Por último, es necesario observar y comunicar el valor del coeficiente de correlación (en este caso, el coeficiente de correlación de Pearson) con el objetivo de evaluar la magnitud y la dirección de la correlación. Esto nos permite determinar el grado y la fuerza de la relación entre las variables.



## 6. Aspectos éticos

Es importante mencionar, que las consideraciones éticas tienen como fundamento a la American Psychological Association (APA) (2010) con los Principios Éticos de los Psicólogos y Código de Conducta. Por lo que, en todo el desarrollo de esta investigación, la identidad de los participantes encuestados y sus resultados se mantiene con total confidencialidad y en estricta reserva. Por otro lado, siguiendo lo que indica el Código de Ética Profesional del Psicólogo en el artículo 22, toda la información que obtengamos en este estudio será discutida solo con objetivos profesionales, y no indagaremos de manera indebida en el aspecto íntimo de las personas participantes. Respetando lo que dice el apartado 3 de “Relaciones Humanas”, tendremos total en consideración el uso previo del consentimiento informado (3.10), en lo que respecta al apartado 4 “Privacidad y confidencialidad”, se tendrá en consideración la discusión de los límites de la confidencialidad (4.02). Además, siguiendo el artículo 13 “Veracidad” del Código de Ética del Investigador Científico UPN, es fundamental recalcar, que todos los datos se procederán y trabajarán con imparcialidad, por lo que se buscara ser lo más exacto posible en cuanto a la investigación, en función al espacio y contexto en el que se realice. Por último, será sometido a un software antiplagio.

## CAPÍTULO III: RESULTADOS

### 1. Evaluación de la normalidad

**Tabla 1**

*Reporte del comportamiento de las variables*

Variable	Dimensiones	K - S	p
Autoeficacia académica		.145	.000
Bienestar psicológico		.169	.000
	Autoaceptación	.197	.000
	Relaciones positivas	.202	.000
	Dominio del entorno	.210	.000
	Crecimiento personal	.200	.000
	Autonomía	.184	.000
	Propósito en la vida	.159	.000

Nota. K-S = Kolmogorov-Smirnov; p = Significancia

La tabla 1 resume cómo se comportan las variables de estudio (autoeficacia académica y bienestar psicológico) con relación en la curva normal. Observamos que, en ambas variables y sus dimensiones, el valor de significancia observada es menor que el valor teórico esperado (.05), por tanto, estas variables tienen un comportamiento que no se ajusta a la distribución normal. Por esto, para el contraste de las hipótesis de estudio, a partir del análisis estadístico inferencial, haremos uso de estadística no paramétrica Rho de Spearman.

## 2. Evaluación y contraste de las hipótesis del estudio

Nuestro objetivo general fue determinar la relación que existe entre la variable del bienestar psicológico y el de la autoeficacia académica de los estudiantes universitarios de Lima. En este sentido, la tabla 6 manifiesta la relación existente entre ambas variables.

**Tabla 2**

*Relación entre bienestar psicológico y autoeficacia académica en estudiantes universitarios*

Variables	Autoeficacia académica	
	$r_s$	$p$
Bienestar psicológico	.525	.000

Nota.  $r_s$  = coeficiente de correlación;  $p$  = significancia

Se puede apreciar que el bienestar psicológico mantiene una relación directa con la autoeficacia académica, es decir, el Rho de Spearman tiene una fuerza de relación positiva moderada. Por tanto, los estudiantes universitarios con mayor bienestar psicológico manifiestan mayor autoeficacia académica, confirma la existencia de una relación, ya que el valor calculado es menor que el valor teórico esperado de (.05). En otras palabras, el resultado estadísticamente significativo respalda la presencia de una relación entre las variables analizadas con una fuerza de relación positiva moderada (.525). Por lo que, se descarta la hipótesis nula y se confirma la hipótesis alternativa que sostiene que existe una relación significativa estadísticamente entre el bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022

**Tabla 3**

*Relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios*

Variables	Autoeficacia académica	
	$r_s$	$p$
Autoaceptación	.405	.000
Relaciones positivas	.445	.000
Dominio del entorno	.396	.000
Crecimiento personal	.230	.000
Autonomía	.252	.000
Propósito en la vida	.455	.000

Nota.  $r_s$  = coeficiente de correlación;  $p$  = significancia

Por otro lado, nuestros objetivos específicos buscaron determinar la relación de la autoeficacia académica con las dimensiones del bienestar psicológico. En la tabla 3, podemos observar que las dimensiones de “Propósito en la vida” con (.455), “Relaciones positivas” con (.445) y “Autoaceptación” con (.405) tienen una correlación positiva moderada. Mientras que, las dimensiones de “Dominio del entorno” con (.396), “Autonomía” con (.252) y “Crecimiento personal” con (.230) tienen una correlación positiva baja. En general, se puede apreciar que todas las dimensiones del bienestar psicológico si mantienen una relación con la autoeficacia académica. En este sentido al tener una significancia de (.05) podemos afirmar que existe una relación entre ambas variables, con una fuerza de relación positiva moderada (.525). Por lo que, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna donde se afirma que existe una relación estadísticamente significativa entre las dimensiones del bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022.

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

### 4.1. Discusión:

Esta investigación determinó entre las dos variables, bienestar psicológico y autoeficacia académica en los estudiantes universitarios de Lima, una relación moderada y altamente significativa. En los resultados hallados se demuestran una correlación moderada y altamente significativa (.525). Estos resultados, coinciden con los hallazgos por Hernández et. al. (2019) donde encontraron que los componentes autoeficacia y bienestar psicológico tienen una relación positiva altamente significativa (.738). Esto se debe a que la autoeficacia generalmente conlleva una mayor capacidad para enfrentar el estrés, lo que a su vez aumenta la habilidad para lidiar con situaciones desafiantes y brinda una mayor adaptabilidad frente a cambios importantes en la vida, lo que es necesario para el logro del bienestar psicológico (González & Mendoza 2018). Así mismo, como los resultados hallados por Chumbimuni et. al. (2021) donde confirman que estas mismas variables tienen una relación positiva moderada y altamente significativa (.598).

Respecto a la correlación entre la dimensión de autoaceptación del bienestar psicológico y la autoeficacia académica, los resultados hallados respaldan e indican que la relación moderada es altamente significativa. Es decir, la percepción que tiene el estudiante de sentirse bien consigo mismo predice una adecuada autoeficacia académica, Byrne (2000). Estos resultados se asemejan a los hallazgos de Aroni y Flores (2022) que en estas mismas dimensiones hallaron una correlación de (.650) afianzando y confirmando la hipótesis con una fuerza de relación positiva moderada. Al igual que, a los de Sánchez y Yupanqui (2022) donde encontraron una relación positiva baja entre ambas dimensiones (.355).

En cuanto a la correlación entre la dimensión de relaciones positivas del bienestar psicológico y la autoeficacia académica, los resultados demuestran que la relación moderada también es altamente significativa. En línea con esto, Moreno (2019) afirma que tener relaciones interpersonales positivas y basadas en la confianza reduce el estrés y aumenta el bienestar psicológico, lo que lleva a los estudiantes a participar en trabajos académicos en grupo y a establecer nuevas amistades. Por lo tanto, las relaciones positivas se encuentran vinculadas con las habilidades sociales lo que favorece la autoeficacia académica. Así mismo, Sabouripour et. al. (2021), hallaron en el mismo una correlación de (.490) lo que está dentro de nuestra fuerza de relación positiva moderada y así sostendría nuestra hipótesis. Como en el estudio realizado por Chumbimuni et. al. (2021) donde obtienen una fuerza de relación positiva moderada de (.432) respaldando nuestros resultados.

Así mismo, en cuanto a la relación de las dimensiones de dominio del entorno del bienestar psicológico y la autoeficacia académica, los hallazgos demuestran que existe una relación significativa con una fuerza de relación positiva baja. Es decir, la capacidad de crear o seleccionar entornos que se ajusten a las habilidades y necesidades individuales es un predictor de un rendimiento académico adecuado, Oré (2020). Estos resultados son parecidos a los de Espinoza y Barra (2018) y Hernández et. al. (2019) que encontraron una correlación de (.540) y (.493) respectivamente lo que indica y refuerza que la relación de estas dimensiones es de positiva y moderada.

En cuanto a la correlación entre la dimensión de crecimiento personal del bienestar psicológico y la autoeficacia académica, los hallazgos demuestran que existe una relación significativa con una fuerza de relación positiva baja. Dado que el logro personal al alcanzar los objetivos establecidos es un aspecto positivo en el desarrollo de la autoeficacia académica. (Perinat, 2017). A medida que el estudiante progresa tanto académica como personalmente, desarrolla la capacidad de abordar problemas y enfrentar situaciones

académicas difíciles con disposición para resolverlos. Esto le permite construir de manera progresiva construcciones integrales más complejas sobre su realidad individual y social. Como estos resultados, se halló uno similar en el estudio de Tacca y Tacca (2019) donde avalarían nuestros hallazgos, ya que en estos mismos constructos encontraron una correlación, aún mayor de (.420) lo que indica que la fuerza de relación es positiva y moderada. Así como, la investigación de Aroni y Flores (2022) que obtuvieron una fuerza de relación positiva moderada de (.522) en las mismas dimensiones, respaldando nuestros resultados.

En cuanto al quinto objetivo, sobre la correlación entre la dimensión de autonomía del bienestar psicológico y la autoeficacia académica, los resultados confirman que existe una relación significativa con una fuerza de relación positiva baja. De este modo, Sheldon et al. (2013), mencionó que los estudiantes universitarios muestran un desempeño mejorado y experimentan bienestar cuando tienen autonomía sobre sus vidas, pueden identificar y tener claridad sobre sus metas y objetivos, y valoran cada actividad como significativa y valiosa en lugar de considerarla innecesaria. Por lo que, otros estudios realizados por Espinoza y Barra (2018) avalarían nuestros hallazgos, ya que en estos mismos constructos encontraron una correlación de (.430) lo que indica que la fuerza de relación es positiva y moderada. Del mismo modo, Chumbimuni et. al. (2021) encontró en las mismas dimensiones una correlación de (.496) lo que respalda la fuerza de relación positiva moderada hallada en nuestros resultados.

En la sexta y última correlación entre la dimensión de propósito en la vida del bienestar psicológico y la autoeficacia académica, los hallazgos demuestran que existe una relación significativa con una fuerza de relación positiva moderada. En este sentido, Estrada (2018), menciona que el plan de vida del estudiante desempeña un papel fundamental en la consecución de sus metas, lo cual a su vez predice una autoeficacia académica adecuada.

Por lo tanto, es crucial que el estudiante universitario tenga una comprensión clara de lo que desea lograr en la vida, ya que esto tiene un impacto determinante en el logro de objetivos, actividades académicas y metas establecidas. Resultados similares se encontraron en la investigación de Hernández et. al. (2019) que en cuanto a estas dimensiones obtuvieron una correlación de (.510) al igual que los estudios realizados por Sánchez y Yupanqui (2022) que obtuvieron como resultado una correlación de (.493) lo que respalda nuestros resultados en cuanto a la relación positiva y moderada de las dimensiones.

El presente estudio tiene implicancia teórica pues incrementa los conocimientos teóricos científicos referidos a la relación de los constructos de bienestar psicológico y autoeficacia académica. Además de que indican que esta investigación respalda los resultados que se han encontrado en otros estudios a nivel nacional e internacional, debido a que en la mayoría se ha encontrado correlación entre ambas variables, así mismo, abre un camino para continuar profundizando tanto desde una perspectiva cuantitativa como cualitativa.

En cuanto a las implicancias prácticas, los resultados muestran la relevancia que tienen las variables en el grupo de estudiantes, esto permite que investigaciones posteriores puedan desarrollar programas o herramientas que promuevan y fortalezcan ambas variables de manera efectiva, para que a partir de estos aspectos se pueda comenzar a promover planes de fortalecimiento de los recursos personales y académicos en estudiantes universitarios, logrando minimizar el impacto negativo de estas u otras variables.

Finalmente, las implicancias metodológicas de este estudio permiten proporcionar data estadística actualizada. De igual modo, proporciona información y evidencia concreta de una realidad particular. Asimismo, cumple con el propósito de ser útil para poder replicarse en otras universidades, con el objetivo de lograr generalidad de los resultados.



Además, una de las fortalezas, es conocer que este estudio es una de las primeras investigaciones que estimó la relación entre estas dos variables en estudiantes universitarios de Lima - Perú; es decir, es una de las primeras investigaciones que plantea la relación de estas desde un diseño predictivo. En este sentido, es una investigación que además de aportar conocimiento empírico, amplía la literatura en nuestro país.

Por otra parte, como toda investigación, esta presentó algunas limitaciones. Una de las más considerables es la escasa literatura internacional y nacional que mida estas dos variables con un diseño predictivo. Por lo que, hubo dificultades a la hora de realizar una búsqueda, sin embargo, no fue impedimento para llevar a cabo el contraste directo y con un mayor detalle. Así mismo, otra de las limitaciones es la muestra, pues a pesar de ser grande, solo se obtuvo como participantes a estudiantes de universidades privadas, es decir, que los resultados no son una generalización para el total de la población universitaria de Lima.

## 4.2. Conclusiones:

Primero: Existe una relación significativa positiva moderada entre el bienestar psicológico y la autoeficacia académica en los estudiantes universitarios de Lima.

Segundo: Se determinó correlación positiva moderada entre la dimensión autoaceptación y autoeficacia académica (.405). Lo que indica que, a mayor autoaceptación, habrá mayor autoeficacia académica en los estudiantes universitarios de Lima.

Tercero: Se determinó correlación positiva moderada entre la dimensión relaciones positivas y autoeficacia académica (.445). Lo que refleja que, a mayores relaciones positivas, habrá mayor autoeficacia académica en los estudiantes universitarios de Lima.

Cuarto: Se determinó correlación positiva baja entre la dimensión dominio del entorno y autoeficacia académica (.396). Lo que muestra que, a mayor dominio del entorno, habrá mayor autoeficacia académica en los estudiantes universitarios de Lima.

Quinto: Se determinó correlación positiva baja entre la dimensión crecimiento personal y autoeficacia académica (.230). Lo que manifiesta que, a mayor crecimiento personal, habrá mayor autoeficacia académica en los estudiantes universitarios de Lima.

Sexto: Se determinó correlación positiva baja entre la dimensión autonomía y autoeficacia académica (.252). Lo que indica que, a mayor autonomía, habrá mayor autoeficacia académica en los estudiantes universitarios de Lima.

Séptimo: Se determinó correlación positiva moderada entre la dimensión propósito en la vida y autoeficacia académica (.455). Lo que muestra que, a mayor propósito en la vida, habrá mayor autoeficacia académica en los estudiantes universitarios de Lima.

## Referencias

- Aroni Chucos, L. A., & Flores Gamboa, R. (2022). Influencia de la autoeficacia académica sobre el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana.
- Barra Almagia, E., (2012). Influencia de la autoestima y del apoyo social percibido sobre el bienestar psicológico de estudiantes universitarios chilenos. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 8(1), 29-38.
- Barrantes-Brais, Kristy, & Ureña-Bonilla, Pedro (2015). Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17(1), 101-123.
- Burgos-Torre, K. S., & Salas-Blas, E. (2020). Procrastinación y Autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y Representaciones*, 8(3).
- Carranza-Esteban, R. F., Hernández, R. M., & Alhuay-Quispe, J. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. *Revista internacional de investigación en ciencias sociales*, 13(2), 133-146.
- Chumbimuni-Aguirre, F., & Constantino, J. P. (2022). Bienestar psicológico y autoeficacia académica en estudiantes de un centro preuniversitario de Lima. *Persona*, (25 (2)), 107-121.
- Cornejo Báez, Walter, & Pérez Camborda, Belén, & Santiago Abregú, Lupe (2015). Bienestar psicológico, metas de estudio e identidad institucional en jóvenes universitarios. *Horizonte de la Ciencia*, 5(9),161-182.
- Espinoza, C. y Barra, E. (2019). Autoeficacia, apoyo social y bienestar psicológico en estudiantes universitarios asmáticos. *Revista de Psicología*, 14(28), 141-147.
- Estrada López, H. H., De la cruz Almanza, S. A., Bahamón, M. J., Perez Maldonado, J., & Caceres Martelo, A. M. (2018). Burnout académico y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios.
- González-Benito, A., López-Martín, E., Expósito-Casas, E., & Moreno-González, E. (2021).

- Motivación académica y autoeficacia percibida y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes universitarios de la enseñanza a distancia. *RELIEVE*, 27(2), art. 2.
- Hernández, L. F. B., Castillo, M. A. S., Hernández, R. A. B., & Sánchez, J. A. (2019). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Enseñanza e investigación en psicología*, 1(2), 244-251.
- Jiménez Lira, Carolina, & Enrique Peinado, Jesús, & Solano-Pinto, Natalia, & Ornelas, Martha, & Blanco Vega, Humberto (2020). Relaciones entre Autoconcepto y Bienestar Psicológico en Universitarias Mexicanas. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 2(55),59-70.
- Luna, David, & García-Reyes, Sandra, & Soria-González, Erika Araceli, & Avila-Rojas, Milton, & Ramírez-Molina, Víctor, & García-Hernández, Briceida, & Meneses-González, Fernando (2020). Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico. *Investigación en Educación Médica*, 9(35),8-17.
- Páramo, María de los Ángeles, & Straniero, Cristina Mariana, & García, Claudia Silvina, & Torrecilla, Norma Mariana, & Escalante Gómez, Eduardo (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10(1),7-21.
- Páramo, María de los Ángeles, Straniero, Cristina Mariana, García, Claudia Silvina, Torrecilla, Norma Mariana, & Gómez, Eduardo Escalante. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10(1), 7-21.
- Rosa-Rodríguez, Yarimar, & Negrón Cartagena, Nadjah, & Maldonado Peña, Yasmín, & Quiñones Berrios, Areliz, & Toledo Osorio, Neyra (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(1),31-43.
- Rossi, José Luis, Jiménez, Juan Pablo, Barros, Paulina, Assar, Rodrigo, Jaramillo, Karina, Herrera,

- Luisa, Quevedo, Yamil, Botto, Alberto, Leighton, Caroline, & Martínez, Felipe. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista médica de Chile*, 147(5), 579-588.
- Sabouripour, F., Roslan, S., Ghiami, Z. y Memon, MA (2021). Papel mediador de la autoeficacia en la relación entre optimismo, bienestar psicológico y resiliencia entre estudiantes iraníes. *Fronteras en psicología*, 12, 675645.
- Sandoval Barrientos, S., Dorner París, A., & Véliz Burgos, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en educación médica*, 6(24), 260-266.
- Sanchez Hañari, C., & Yupanqui Najarro, E. C. (2022). Bienestar psicológico y autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el confinamiento por Covid-19.
- Tacca Huamán, Daniel Rubén, & Tacca Huamán, Ana Luisa. (2019). Estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de postgrado. *Revista de Investigación Psicológica*, (21), 37-56.
- Valerio, G. y Serna, R. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(3), 19-28.
- Valle Raleig, M., Beramendi, M., & Delfino, G. (2019). Bienestar Psicológico y Social en jóvenes universitarios argentinos. *Revista de Psicología*, 7(14), 7-26.
- Veliz-Burgos, A., & Urquijo, P. A. (2012). Niveles de autoconcepto, autoeficacia académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la ciudad de Temuco. *Salud & Sociedad: investigaciones en psicología de la salud y psicología social*, 3(2), 131-150.

## Anexos

### ANEXO N°1: Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE VALOR
BIENESTAR PSICOLÓGICO	Según Ryff (1989), el bienestar psicológico es un estado positivo de funcionamiento óptimo que permite a las personas sentirse realizadas, tener un sentido de dirección, propósito en la vida, estar comprometidas con su crecimiento personal y el de los demás, además de que se caracteriza por tener seis dimensiones	Autoaceptación	<ul style="list-style-type: none"> <li>Autoevaluación de los valores personales, de conciencia y de las limitaciones propias</li> </ul>	1, 7, 8, 17, 22, 23	1 = Totalmente en desacuerdo 2 = Bastante en desacuerdo 3 = En desacuerdo 4 = De acuerdo 5 = Bastante de acuerdo 6 = Totalmente de acuerdo
		Relaciones positivas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Preocupación por el bienestar y el mantener relaciones estrechas con el resto de las personas</li> </ul>	12, 24, 26	
		Autonomía	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grado en que las personas desarrollan su autoridad personal e independencia</li> </ul>	4, 10, 13, 19, 30	
		Dominio del entorno	<ul style="list-style-type: none"> <li>Control para elegir y satisfacer necesidades en las relaciones interpersonales</li> </ul>	21, 25, 27, 28, 29	
		Crecimiento personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollo del potencial personal, a través de nuevas y mejores experiencias continuas</li> </ul>	2, 3, 9, 18	
		Propósito en la vida	<ul style="list-style-type: none"> <li>Capacidad para otorgarle propósito tanto a lo que se está viviendo como a lo que ya se vivió</li> </ul>	5, 6, 11, 14, 15, 16, 20	
AUTOEFICACIA ACADÉMICA	Para Feldman et. al. (2016), la autoeficacia académica se puede definir como las creencias de cada persona con respecto a su capacidad de estudiante para regular, organizar y ejecutar acciones que lo ayuden a alcanzar los niveles de desempeño deseado para el logro y éxito académico.	Unidimensional	<ul style="list-style-type: none"> <li>Capacidad para evaluar específicamente las creencias de autoeficacia en el ámbito educativo</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	N = Nunca AV = Algunas veces BV = Bastantes veces S = Siempre

**ANEXO N°2: Matriz de consistencia**

<b>PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>HIPÓTESIS</b>	<b>VARIABLE Y DIMENSIONES</b>	<b>METODOLOGÍA</b>
<p><b>Problema General</b> ¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?</p>	<p><b>Objetivo General</b> Determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	<p><b>Hipótesis General</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hi: Existe una relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</li> <li>• Ho: No existe una relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</li> </ul>	<p><b>Bienestar psicológico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoaceptación (1, 7, 8, 17, 22, 23)</li> <li>• Relaciones positivas (12, 24, 26)</li> <li>• Autonomía (4, 10, 13, 19, 30)</li> <li>• Dominio del entorno (21, 25, 27, 28, 29)</li> <li>• Crecimiento personal (2, 3, 9, 18)</li> <li>• Propósito en la vida (5, 6, 11, 14, 15, 16, 20)</li> </ul>	<p><b>Tipo</b> Aplicada</p>
<p><b>Problema Específico 1</b> ¿Cuál es la relación de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?</p>	<p><b>Objetivo Específico 1</b> Determinar la relación de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	<p><b>Hipótesis Específica 1</b> Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión autoaceptación del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	<p><b>Autoeficacia académica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala unidimensional (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10)</li> </ul>	<p><b>Diseño</b> No experimental de corte transversal</p>
<p><b>Problema Específico 2</b> ¿Cuál es la relación de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?</p>	<p><b>Objetivo Específico 2</b> Determinar la relación de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	<p><b>Hipótesis Específica 2</b> Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión relaciones positivas del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>		<p><b>Nivel</b> Descriptivo correlacional</p>
<p><b>Problema Específico 3</b></p>	<p><b>Objetivo Específico 3</b></p>	<p><b>Hipótesis Específica 3</b></p>		<p><b>Población</b></p>

<p>¿Cuál es la relación de la dimensión autonomía del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?</p>	<p>Determinar la relación de la dimensión autonomía del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	<p>Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión autonomía del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	<p>1,375,101 estudiantes universitarios de Lima</p>
<p><b>Problema Específico 4</b> ¿Cuál es la relación de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?</p>	<p><b>Objetivo Específico 4</b> Determinar la relación de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	<p><b>Hipótesis Específica 4</b> Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión dominio del entorno del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	<p><b>Muestra</b> 385 estudiantes universitarios de Lima</p>
<p><b>Problema Específico 5</b> ¿Cuál es la relación de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?</p>	<p><b>Objetivo Específico 5</b> Determinar la relación de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	<p><b>Hipótesis Específica 5</b> Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión propósito en la vida del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	
<p><b>Problema Específico 6</b> ¿Cuál es la relación de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022?</p>	<p><b>Objetivo Específico 6</b> Determinar la relación de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	<p><b>Hipótesis Específica 6</b> Existe una relación estadísticamente significativa de la dimensión crecimiento personal del bienestar psicológico con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022</p>	



**ANEXO N°3: Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (EAPESA)**

Instrucciones: A continuación, encontraras una serie de enunciados que hacen referencia a tu modo de pensar. Lee cada frase y contesta marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

**N**= Nunca **AV**= Algunas veces **B**= Bastantes veces **S**= Siempre

	<b>N</b>	<b>AV</b>	<b>B</b>	<b>S</b>
1. Me considero lo suficientemente capacitado para enfrentarme con éxito a cualquier tarea académica				
2. Pienso que tengo capacidad para comprender bien y con rapidez una materia				
3. Me siento con confianza para abordar situaciones que ponen a prueba mi capacidad académica				
4. Tengo la convicción de que puedo obtener buenos resultados en los exámenes				
5. No es de suma importancia para mí que los profesores sean exigentes y duros, pues confío mucho en mi propia capacidad académica.				
6. Creo que soy una persona capacitada y competente en mi vida académica				
7. Si me lo propongo, creo que tengo la suficiente capacidad para obtener un buen récord académico				
8. Pienso que puedo pasar los cursos con bastante facilidad, e incluso, sacar buenas notas				
9. Soy de esas personas que no necesita estudiar mucho para aprobar una asignatura o pasar el curso completo.				
10. Creo que estoy preparado/a y capacitado/a para conseguir muchos éxitos académicos				

### ANEXO N°4: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff


Instrucciones: Lee cada ítem y señala en qué medida sientes o experimentas estas emociones de manera general en tu vida cotidiana, usando la siguiente escala:

1	2	3	4	5	6
Totalmente en desacuerdo					Totalmente de acuerdo

	T. D.					T. A.
1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento/contenta con cómo han resultado las cosas.	1	2	3	4	5	6
2. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas.	1	2	3	4	5	6
3. Me preocupa la opinión que los demás tienen sobre las decisiones que he tomado en mi vida.	1	2	3	4	5	6
4. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia las metas que tengo.	1	2	3	4	5	6
5. Disfruto haciendo planes para el futuro.	1	2	3	4	5	6
6. Disfruto trabajar para alcanzar lo que me he propuesto para el futuro.	1	2	3	4	5	6
7. En general, me siento seguro/segura conmigo mismo/misma.	1	2	3	4	5	6
8. En general, me siento positivo/positiva conmigo mismo/misma.	1	2	3	4	5	6
9. Suelo preocuparme sobre lo que los demás piensan de mí.	1	2	3	4	5	6
10. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto	1	2	3	4	5	6
11. Soy una persona proactiva a la hora de realizar los proyectos que me he propuesto.	1	2	3	4	5	6
12. Siento que mis amigos me aportan muchas cosas.	1	2	3	4	5	6
13. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo	1	2	3	4	5	6
14. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado.	1	2	3	4	5	6
15. Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro.	1	2	3	4	5	6
16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí	1	2	3	4	5	6
17. Me gusta la mayoría de características de mi personalidad.	1	2	3	4	5	6
18. Tengo confianza en mis opiniones aun cuando son opuestas a lo que la mayoría opina.	1	2	3	4	5	6

19. Las exigencias del día a día muchas veces me deprimen	1	2	3	4	5	6
20. Tengo claro los objetivos de mi vida	1	2	3	4	5	6
21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.	1	2	3	4	5	6
22. La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de quien soy.	1	2	3	4	5	6
23. La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de la vida que llevo	1	2	3	4	5	6
24. Sé que puedo confiar en mis amigos.	1	2	3	4	5	6
25. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de cambio y crecimiento.	1	2	3	4	5	6
26. Mis amigos saben que pueden confiar en mí.	1	2	3	4	5	6
27. Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
28. Tengo la sensación de que con el tiempo he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
29. La vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje.	1	2	3	4	5	6
30. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.	1	2	3	4	5	6

## ANEXO N°5: Captura del Consentimiento Informado y Google Forms



### INVESTIGACIÓN SOBRE BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA

Estimado(a) participante:  
Usted ha sido invitado(a) para formar parte de manera voluntaria de esta investigación, realizada en el marco de una Tesis de Licenciatura en Psicología. Se le aplicará dos cuestionarios con los que se pretende recolectar información sobre el bienestar psicológico y su relación con la autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima 2022. No hay respuestas correctas o incorrectas y se solicita por favor no omitir ninguna pregunta, respondiendo el cuestionario hasta el final. Toda esta información será utilizada estrictamente con fines académicos, así mismo, todo resultado proporcionado será mantenido de forma confidencial. Para culminar agradecemos su participación y el interés en esta investigación.

fabioladelgadovillegas@gmail.com [Cambiar de cuenta](#)

No compartido

\* Indica que la pregunta es obligatoria

En base a lo detallado anteriormente ¿Acepta participar voluntariamente de esta investigación? \*

Si

No

Siguiente Borrar formulario

#### Ficha Sociodemográfica

Responda a las siguientes interrogantes con honestidad.

**Nombres y Apellidos \***

Tu respuesta \_\_\_\_\_

**Sexo \***

Femenino

Masculino

Otro

**Edad \***

Tu respuesta \_\_\_\_\_

**Nacionalidad \***

Tu respuesta \_\_\_\_\_

**Ciclo académico \***

### Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (EBP)

**INSTRUCCIONES:**

Lea los siguientes enunciados y responda a cada una de las frases expresando la frecuencia con que tiene ese sentimiento según crea oportuno. Recuerde que no hay respuestas correctas ni incorrectas. Asimismo, trate de responder con sinceridad según estos criterios:

1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento/contenta con cómo han resultado las cosas. \*

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo       Totalmente de acuerdo

2. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas. \*

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo       Totalmente de acuerdo

3. Me preocupa la opinión que los demás tienen sobre las decisiones que he tomado en mi vida. \*

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo       Totalmente de acuerdo

### Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (EAPESA)

**INSTRUCCIONES:**

Lea los siguientes enunciados y responda a cada una de las frases expresando la frecuencia con que tiene ese sentimiento según crea oportuno. Recuerde que no hay respuestas correctas ni incorrectas. Asimismo, trate de responder con sinceridad según estos criterios:

\*

Nunca      Algunas Veces      Bastantes Veces      Siempre

1. Me considero lo suficientemente capacitado para enfrentarme con éxito a cualquier tarea académica.

2. Pienso que tengo capacidad para comprender bien y con rapidez una materia.

3. Me siento con confianza para abordar situaciones que ponen a prueba mi capacidad académica.

4. Tengo la convicción de que puedo

### ANEXO N°6: Base de Datos

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH	AI	AJ	AK	AL	AM	AN	AO		
1	Sexo	Edad	Ciclo	Carrera	Universidad	Trabaja	AA1	AA2	AA3	AA4	AA5	AA6	AA7	AA8	AA9	AA10	BP1	BP2	BP3	BP4	BP5	BP6	BP7	BP8	BP9	BP10	BP11	BP12	BP13	BP14	BP15	BP16	BP17	BP18	BP19	BP20	BP21	BP22	BP23	BP24	BP		
2	1	24	9	8	1	1	3	3	4	4	3	4	3	3	2	2	3	5	1	3	5	4	5	5	2	5	4	4	5	3	5	5	5	5	4	3	5	4	4	3	5		
3	1	23	10	8	1	1	3	3	3	4	2	4	4	4	1	4	4	6	2	1	5	5	6	6	1	4	6	6	6	6	6	5	6	4	3	6	4	5	5	3	6		
4	1	22	7	8	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	5	5	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4		
5	1	20	7	1	4	1	3	3	3	2	2	3	3	4	4	3	4	5	2	3	6	6	4	5	2	4	5	5	5	3	6	5	5	6	6	5	6	5	4	5	6		
6	2	27	10	8	1	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	4	5	1	1	5	6	5	5	1	5	4	5	5	1	5	5	5	4	1	5	5	5	5	4	6		
7	2	24	8	8	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	4	2	2	5	6	6	6	3	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	3	6	6	6	6	6		
8	1	24	8	8	1	1	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	5	6	2	3	6	6	6	6	4	6	6	3	6	6	6	6	4	5	2	5	6	6	6	6	6		
9	1	29	10	8	1	1	3	3	2	3	2	4	4	2	2	2	4	4	5	2	4	6	5	5	4	3	4	5	6	3	5	3	5	5	2	6	6	6	5	5	6		
10	1	22	5	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	5	6	1	2	6	6	6	6	1	4	5	4	4	6	6	6	6	5	6	2	6	6	5	2	5		
11	2	24	6	8	1	2	3	3	2	2	1	3	3	3	2	3	4	3	4	5	6	5	3	4	1	3	3	3	4	2	5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	3	6	
12	1	24	10	8	1	1	4	3	3	4	3	4	2	3	2	3	5	6	1	3	5	6	6	6	2	6	5	4	5	5	1	5	6	1	6	5	6	6	6	6	6	6	
13	2	23	10	8	1	1	4	3	3	3	3	3	4	3	2	4	5	4	3	2	6	6	5	5	5	5	5	4	5	4	6	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	
14	2	23	8	8	1	2	2	3	3	3	3	3	4	4	2	4	2	5	2	1	6	6	5	4	1	4	6	3	5	4	6	5	4	6	2	6	6	6	5	5	6		
15	2	24	8	8	1	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	5	6	5	2	3	6	5	5	4	5	5	4	5	6	6	4	5	3	4	5	4	5	4	4	5		
16	1	27	4	8	3	1	3	2	3	2	3	3	4	3	1	3	3	5	5	6	4	6	4	4	4	3	5	4	4	4	5	3	4	4	4	4	6	3	4	5	5		
17	1	24	1	8	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	6	6	1	6	4	6	6	6	1	6	6	6	6	6	6	6	6	6	1	6	6	6	6	6	1	6	
18	2	23	6	7	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	6	6	5	2	5	6	5	5	6	6	6	5	6	2	4	5	6	6	4	6	6	6	6	3	6		
19	2	27	10	8	1	1	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	6	1	4	4	5	5	4	1	4	5	3	5	5	4	4	5	6	3	6	6	6	5	4	6		
20	2	23	10	8	1	1	2	3	2	3	2	3	4	3	2	2	5	5	3	2	5	5	4	4	3	4	6	5	5	2	5	5	4	3	5	5	5	5	5	3	6	6	
21	1	29	9	8	1	1	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	5	6	4	3	5	6	5	6	2	4	5	6	6	5	5	5	4	6	3	5	6	5	5	3	5		
22	1	22	8	8	1	1	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	5	4	1	3	4	5	6	5	2	5	5	4	4	5	6	6	6	5	4	6	6	6	4	4	5		
23	2	22	7	8	1	2	3	2	3	3	2	3	1	1	3	6	6	3	3	6	5	6	5	5	5	5	5	5	6	3	6	4	5	4	5	5	5	5	5	6	6	5	
24	2	21	8	8	1	1	3	2	2	3	3	3	4	2	3	4	6	1	5	4	5	5	4	1	5	6	5	5	1	6	5	5	6	3	4	5	5	3	4	6	6		
25	2	22	5	4	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	5	5	4	3	5	5	5	5	4	5	5	5	6	5	6	5	5	5	3	6	5	5	5	5	6		
26	2	20	8	8	1	2	3	3	4	3	4	3	4	3	2	2	5	6	1	1	3	6	5	5	1	5	5	5	5	6	5	6	5	5	5	1	6	5	6	5	4	6	
27	2	26	8	4	3	1	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	6	4	1	1	6	6	6	6	2	6	6	5	6	6	6	6	6	5	3	6	6	6	6	5	6		
28	2	18	2	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	2	2	3	5	5	3	4	4	3	4	4	4	3	5	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	4	
29	2	23	10	8	1	1	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	2	5	2	2	5	6	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	6	5	3	5	5	6	6	5	6	6	
30	1	20	5	2	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	5	5	2	1	6	6	5	5	2	5	5	4	5	5	6	6	6	2	5	5	5	5	6	6	5	6	
31	1	23	10	8	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	1	6	6	5	5	5	5	6	5	6	6	6	5	6	4	4	6	6	6	6	4	6		
32	2	22	10	8	1	1	2	3	2	2	4	2	3	1	2	2	3	2	4	6	5	4	2	2	3	2	4	6	4	5	4	3	6	6	3	6	4	4	2	4	6		
33	2	25	10	8	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	5	5	2	2	5	6	5	5	2	5	5	5	6	3	5	5	6	2	5	5	6	4	6	6	5	6	
34	1	22	10	8	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	5	6	4	1	5	6	6	6	4	5	6	5	5	5	5	6	6	3	6	6	5	4	6	6	6		
35	1	26	10	5	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	5	2	2	5	6	6	2	6	2	5	6	5	6	6	4	5	2	5	5	5	5	5	4	6		
36	2	26	10	8	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	5	4	2	4	5	5	5	4	4	4	5	5	4	4	5	5	2	4	5	5	5	5	5	5		
37	2	19	3	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	6	4	1	1	5	5	6	6	2	5	5	5	6	5	6	5	5	5	5	1	5	5	6	6	6	6	
38	2	26	7	4	3	1	3	3	3	3	1	3	3	4	3	4	6	6	2	1	5	5	6	6	2	5	5	5	6	6	6	5	6	6	2	6	5	5	5	5	5	5	
39	2	24	5	4	3	1	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	5	1	2	5	4	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	4	2	5	5	5	5	5	5	6	
40	1	20	9	5	1	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	5	4	2	4	3	3	5	5	1	5	5	4	5	5	4	4	5	5	3	5	5	5	4	5	6		
41	1	22	10	5	1	1	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	6	6	4	2	6	6	6	6	4	5	5	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	
42	2	23	10	8	1	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	4	4	6	1	2	5	6	6	6	1	5	5	5	6	3	6	5	6	2	6	6	6	6	5	4	6	6	
43	1	26	10	5	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6	1	1	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
44	1	22	10	5	1	1	4	3	4	3	2	4	4	3	1	4	6	5	5	1	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
45	2	25	10	5	1	1	4	3	4	4	2	4	3	3	2	4	6	6	1	5	6	6	6	5	4	6	6	5	5	6	6	6	1	5	5	1	6	6	6	6	5	6	

### ANEXO N°7: Análisis Estadístico en SPSS

The screenshot shows the SPSS interface with the 'Pruebas de normalidad' (Normality Tests) output window. The left sidebar shows a tree view of the analysis, with 'Pruebas de normalidad' expanded to show sub-items for 'AUTOEFICACIATOTAL', 'BIENESTARTOTAL', 'AUTOACEPTACIÓN', and 'RELACIONESPOSITIVAS'. The main window displays a summary table of descriptive statistics and a detailed table of normality test results.

Variable	Media recortada al 5%	Mediana	Varianza	Desv. estándar	Mínimo	Máximo	Rango	Rango intercuartil	Asimetría	Curtosis
AUTOEFICACIATOTAL	37.5222	38.0000	14.845	3.85295	21.00	42.00	21.00	4.00	-1.677	.172
BIENESTARTOTAL										.342

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
AUTOEFICACIATOTAL	.145	385	<.001	.925	385	<.001
BIENESTARTOTAL	.169	385	<.001	.843	385	<.001
AUTOACEPTACIÓN	.197	385	<.001	.848	385	<.001
RELACIONESPOSITIVAS	.202	385	<.001	.887	385	<.001
DOMINIODELENTORNO	.210	385	<.001	.876	385	<.001
CRECIMIENTOPERSONAL	.200	385	<.001	.903	385	<.001
AUTONOMÍA	.184	385	<.001	.891	385	<.001
PROPÓSITOENLAVIDA	.159	385	<.001	.855	385	<.001

a. Corrección de significación de Lilliefors

Archivo Editar Ver Datos Transformar Insertar Formato Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Aplicación de búsqueda

Resultado

- Correlaciones no paramétricas
  - Título
  - Notas
  - Correlaciones

### Correlaciones no paramétricas

			AUTOEFICACI ATOTAL	BIENESTARTO TAL
Rho de Spearman	AUTOEFICACIATOTAL	Coeficiente de correlación	1.000	.525**
		Sig. (bilateral)	.	<.001
		N	385	385
	BIENESTARTOTAL	Coeficiente de correlación	.525**	1.000
		Sig. (bilateral)	<.001	.
		N	385	385

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).



Archivo Editar Ver Datos Transformar Insertar Formgto Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Aplicación de búsqueda

**Correlaciones no paramétricas**

**Correlaciones**

			AUTOEFICACI ATOTAL	AUTOACEPTA CIÓN	RELACIONES POSITIVAS	DOMINIODELE NTORNO	CRECIMIENTO PERSONAL	AUTONOMÍA	PROPÓSITOEN LAVIDA
Rho de Spearman	AUTOEFICACIATOTAL	Coefficiente de correlación	1.000	.405**	.445**	.396**	.230**	.252**	.455**
		Sig. (bilateral)	.	<.001	<.001	<.001	.001	<.001	<.001
		N	385	385	385	385	385	385	385
	AUTOACEPTACIÓN	Coefficiente de correlación	.405**	1.000	.393**	.445**	.280**	.336**	.635**
		Sig. (bilateral)	<.001	.	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
		N	385	385	385	385	385	385	385
	RELACIONESPOSITIVAS	Coefficiente de correlación	.445**	.393**	1.000	.407**	.206**	.213**	.487**
		Sig. (bilateral)	<.001	<.001	.	<.001	.003	.002	<.001
		N	385	385	385	385	385	385	385
	DOMINIODELENTORNO	Coefficiente de correlación	.396**	.445**	.407**	1.000	.319**	.468**	.443**
		Sig. (bilateral)	<.001	<.001	<.001	.	<.001	<.001	<.001
		N	385	385	385	385	385	385	385
	CRECIMIENTOPERSONAL	Coefficiente de correlación	.230**	.280**	.206**	.319**	1.000	.345**	.261**
		Sig. (bilateral)	.001	<.001	.003	<.001	.	<.001	<.001
		N	385	385	385	385	385	385	385
	AUTONOMÍA	Coefficiente de correlación	.252**	.336**	.213**	.468**	.345**	1.000	.357**
		Sig. (bilateral)	<.001	<.001	.002	<.001	<.001	.	<.001
		N	385	385	385	385	385	385	385
	PROPÓSITOENLAVIDA	Coefficiente de correlación	.455**	.635**	.487**	.443**	.261**	.357**	1.000
		Sig. (bilateral)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	.
		N	385	385	385	385	385	385	385

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).