



Ciudad Obregón, Sonora, a 29 de Octubre de 2013.

Instituto Tecnológico de Sonora
P r e s e n t e.

El que suscribe Rocío Anaís Barrera Hernández, por medio del presente manifiesto bajo protesta de decir verdad, que soy autor y titular de los derechos de propiedad intelectual tanto morales como patrimoniales, sobre la obra titulada "Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios" en lo sucesivo "LA OBRA", misma que constituye el trabajo de tesis que desarrolle para obtener el título de Licenciado en Psicología en ésta casa de estudios, y en tal carácter autorizo al Instituto Tecnológico de Sonora, en adelante "EL INSTITUTO", para que efectúe la divulgación, publicación, comunicación pública, distribución y reproducción, así como la digitalización de la misma, con fines académicos o propios del objeto del Instituto, es decir, sin fines de lucro, por lo que la presente autorización la extiendo de forma gratuita.

Para efectos de lo anterior, EL INSTITUTO deberá reconocer en todo momento mi autoría y otorgarme el crédito correspondiente en todas las actividades mencionadas anteriormente de LA OBRA.

De igual forma, libero de toda responsabilidad a EL INSTITUTO por cualquier demanda o reclamación que se llegase a formular por cualquier persona, física o moral, que se considere con derechos sobre los resultados derivados de la presente autorización, o por cualquier violación a los derechos de autor y propiedad intelectual que cometa el suscrito frente a terceros con motivo de la presente autorización y del contenido mismo de la obra.

Rocío Anaís Barrera Hernández



INSTITUTO TECNOLÓGICO DE SONORA
Educar para Trascender

Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios

TESIS
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

Presenta

Rocío Anaís Barrera Hernández

Ciudad, Sonora; Noviembre, 2013

DEDICATORIAS

A mis padres Fernando, Laura M. y mis queridísimas hermanas Mónica y Laura: que siempre han estado conmigo cuando los he necesitado, me han querido con mis defectos y virtudes, me han regañado y guiado siempre, son mi casa, mi lugar seguro. De ellos he aprendido que puedo lograr lo que me proponga y esforzarme por todo lo que quiera ser.

A un gran amigo RHB: que marco de forma significativa mi vida, que siempre estuvo conmigo de forma incondicional como un hermano y por cuestiones del destino no está presente y en mi corazón siempre; esto me alentó para disfrutar, recordar, perdonar, ser mejor persona y vivir al máximo como si fuera el último día.

A mí misma: Por todo lo que he llegado a ser, después de Dios soy la persona que más me conoce, a mí dedico este logro, pues es mi esfuerzo lo que me demuestra que puedo hacer cualquier cosa que este en mi alcance, por más de los obstáculos que se presenten, la cuestión es no rendirse.

A mi tesis: Por estar alrededor de nueve meses conmigo, a pesar en ocasiones en desistir, tú me demostraste un claro ejemplo de lo que me puedo encontrar en la vida real. Me diste a demostrar de lo que soy capaz y de las personas que me apoyaron en este gran proceso en mi vida.

Gracias

“El que vive en armonía consigo mismo vive en armonía con el universo”
Marco Aurelio

AGRADECIMIENTOS

A Dios, agradecida estoy por dejarme llegar a donde estoy, permitiéndome disfrutar cada etapa de mi vida. Él ha sido mi fortaleza, mi apoyo, mi motivación y una de las personas que hace que mi vida tenga sentido.

A mi gran orgullo a mi familia, Fernando, Laura M., Mónica y Laura que siempre están de forma indispensable para alentarme, ser mi ejemplo a seguir y mostrarme con cariño, apoyo y afecto, sus experiencias para ser mi propio camino.

A mi familia, Héctor, Rocío, Ezequiel, César, Zuleika, Lynette, Humberto, Carlos y sobrinos que siempre han estado en mi camino, apoyándome en cada una de mis etapas, demostrándome lo mucho que me quieren, gracias los quiero mucho.

A Marcos Beltrán, por ser una persona tan especial para mí, alentándome en cualquier momento para ser mejor y siempre mostrarme ese cariño, afecto y sonrisa; me haces muy feliz.

A mis maestros de la carrera que de una y otra forma me brindaron, su dedicación, espacio, ejemplo, servicio, enseñanza dentro y fuera del salón.

A mi asesor, Dr. Jesús Aceves Sánchez, quien me demostró que en la vida hay que buscarle sentido y ver los acontecimientos de la vida ya sean malos o buenos de la mejor forma posible.

A mi maestra de muchas clases, Mtra. Mirsha A. Sotelo Castillo, quien desde el primero año a la carrera siempre tuvo disposición para ayudarme, aconsejándome y su gran enseñanza académica, muchas gracias por todo.

A una gran maestra S. Magdalena Mercado Ibarra, por brindarme ese espacio en la que se llevó a cabo la sociedad de alumnos y ahora en un momento tan importante que se tomó el tiempo de ayudarme, gracias.

A mis amigos, mis hermanos Eduardo y Oscar que siempre estuvieron en los momentos más importantes durante la carrera, además de hacerme reír con las ocurrencias, los quiero mucho.

A mis compañeros de la SAP, que fue un proyecto muy bonito en el cual aprendí a trabajar en equipo, me encariñe y agradezco todo lo que aprendí de cada uno de ustedes, gracias.

A CAICH, Mtro. Ricardo E. Pérez Ibarra, y su personal por todo su apoyo profesional, consejos y demostrarme herramientas para progresar, muchas gracias.

A mi profesor, mi orientador y colega Javier Palma, un gran ejemplo para mí, me enseñó que lo que tú te propones se puede lograr, y a pesar del tiempo transcurrido ha estado ahí para seguir forjándome como colega.

A mis amigos de ITSON por estar conmigo en esta linda etapa, los buenos momentos que compartimos, por ser tan buenas amigos, gracias a cada uno, por su disposición en ayudarme con aplicación del instrumento, por confiar en mí y por ser unas personitas tan especiales las quiero mucho.

A mis amigos de la preparatoria, mi generación 18 que son parte fundamental de mi vida que son personas muy especiales y que guardo en el corazón excelentes momentos con ustedes. Mis amigas de la preparatoria, por grandes momentos que pasamos y que continuamos estando juntas las quiero mucho. A un gran amigo Rodrigo, porque eres una gran persona que siempre ha estado conmigo en los momentos más importantes en mi vida y que continuaremos compartiendo más momentos, gracias por ser mi hermano.

INDICE

DEDICATORIAS.....	i
AGRADECIMIENTOS.....	ii
INDICE.....	iv
RESUMEN.....	vi
Figura.....	vii
CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN.....	8
1.1 Antecedentes.....	10
1.2 Planteamiento del problema	19
1.3 Objetivos	21
1.4 Justificación	21
1.5 Limitaciones del estudio Las limitaciones más importantes que consideran son:..	23
1.6 Hipótesis Se plantearon las siguientes hipótesis:.....	23
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO.....	24
2.1 Bienestar	24
2.2 Bienestar psicológico	26
2.2.1 Modelos del bienestar psicológico.....	34
2.2.1.1 Modelo multidimensional de bienestar psicológico.....	34
2.2.1.2 Modelo PERMA por Seligman.....	39
2.2.1.3 Modelo de Jahoda.....	40
2.3 Rendimiento académico	41
2.3.1Características del rendimiento académico.....	47
2.3.2 Tipos de rendimiento académico	47
2.3.3 Dimensiones que inciden en el rendimiento académico	49
2.3.3.1Dimensión académica	49
2.3.3.2 Dimensión económica	51
2.3.3.3 Dimensión familiar.....	52
2.3.3.4Dimensión personal	53
2.3.3.5 Dimensión institucional.....	54
CAPÍTULO III METODOLOGÍA.....	55
3.1 Participantes	55
3.2 Instrumento	56

3.3 Procedimiento.....	56
CAPÍTULO IV RESULTADOS.....	58
CAPÍTULO V DISCUSIÓN	64
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	67

RESUMEN

Esta investigación se centra en los jóvenes de nivel universitario, el bienestar psicológico y su rendimiento académico. El objetivo de la presente investigación fue conocer el nivel de bienestar psicológico de los universitarios y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de diversas carreras de ITSON en Cd. Obregón, para lo cual se utilizó el instrumento de Balcázar, Loera, Gurrola, Bonilla, y Trejo (2009), basado en el modelo multidimensional de Ryff; en una muestra de 383 estudiantes universitarios. En relación a los resultados encontrados en la presente investigación se encuentra que los estudiantes cuentan con un alto nivel de bienestar psicológico, no se encontraron diferencias significativas en cuanto al sexo. Tampoco se encontró relación estadísticamente significativa entre la escala total de bienestar psicológico y el rendimiento académico de los alumnos, no obstante existe relación entre el rendimiento y las subescalas de: Autoaceptación, y Satisfacción con la vida, por lo que se concluye a mayor valor y aceptación de sí mismo como la satisfacción que experimenta la persona con la forma como hasta ahora ha hecho las cosas, la seguridad que posee, confianza en sus propias opiniones y su importancia de tener nuevas experiencias que desafíen a la persona sobre sí mismo mayor rendimiento académico en los estudiantes. Por otra parte se encontró relación entre las materias aprobadas y las dimensiones de autoaceptación, relaciones interpersonales y satisfacción con la vida.

FIGURA

Figura 1. Dimensiones del modelo de bienestar propuesto por Ryff (1989).....34

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

El presente estudio está orientado a medir el bienestar psicológico, así como la relación existente entre esta variable y el rendimiento académico, considerando que los jóvenes en la etapa adulta temprana comienzan a tomar sus decisiones sobre lo que desean realizar; como actividades deportivas, académicas, culturales, en la cual comienzan a ser independientes y tener mayor libertad al elegir (Papalia, Wendkos y Duskin, 2005). También es relevante conocer que el joven es vulnerable a las situaciones que se le puede presentar para fortalecer sus creencias, actitudes, percepciones y todo lo que tenga respecto de sí mismo no solamente en el tiempo universitario, si no en su desarrollo personal. Es por eso que esta investigación será enfocada a los jóvenes universitarios y acerca de bienestar psicológico o felicidad, ya que en el campo de la psicología se considera un tema relevante, cuando de medir relaciones interpersonales, autoaceptación, y rendimiento académico se trata.

1.1 Antecedentes

Uno de los intereses en los que se centró el filósofo Aristóteles fue discutir del “Sumo Bien” y la “Felicidad Suma” como el final o finalidad del camino a transcurrir en la vida humana. El filósofo mencionó que la felicidad es el único valor final y suficiente en sí mismo, la finalidad es llegar a encontrar los medios para alcanzarla y es suficiente, una vez conseguida, nada más es deseado. Estas concepciones fueron un impulso para motivar que en los años setentas se introdujera el término Felicidad en el Psychological Abstracts International (Martin, 2002).

Garduño, Salinas, y Rojas en 2005 definen felicidad como el goce subjetivo de la vida, por otra parte señalan que el estudio de la felicidad ha sido por mucho tiempo un escenario para la especulación filosófica por carecer de mediciones empíricas, y a que no ha sido posible verificar propuestas en relación con ella; por lo que concluyen que el entendimiento de felicidad ha permanecido especulativo e incierto. Fierro (2001) indica que felicidad no es algo que nos ocurre porque tenemos suerte o porque nos lo merecemos por ser como somos. La felicidad es algo así, como un proyecto de vida que debemos construir activamente mediante un plan de organización de nuestro comportamiento; los estudios realizados en base al contexto del bienestar psicológico mencionan que dieron lugar a conceptos más operativos como el de bienestar personal o de satisfacción con la vida.

Wilson, (1967 como se citó en Diener, 2009) menciona que “la persona feliz se muestra como una persona joven, saludable, con una buena educación, bien remunerada, extravertida, optimista, libre de preocupaciones, religiosa, casada, con una alta autoestima, una gran moral del trabajo, aspiraciones modestas, de uno u otro sexo y con una inteligencia de amplio alcance.” (p. 2) Las definiciones de felicidad o bienestar psicológico no aparecen ser explícitas en la literatura. La relación entre bienestar y felicidad, se encuentra en que son conceptos que han sido completamente ligados y relacionados con salud, trabajo satisfactorio, vida

amorosa afectiva y familiar, amistad, posibilidad para desarrollar aficiones, buena situación económica y bienestar psicológico y emocional.

Diener, Suh, Lucas y Smith (1999), afirman que todos conocen el concepto de felicidad, sin embargo cuando se desea definir dicho constructo operacionalmente surgen múltiples dilemas, no siendo sencillo establecer su contenido esencial. Esta situación ha conducido a que en la literatura psicológica actual, se utilicen como sinónimos de felicidad las palabras bienestar psicológico, bienestar subjetivo, calidad de vida, entre otros.

Carr (2007) afirma que el punto de la felicidad está determinado por la genética principalmente y por el entorno cultural en el cual puede facilitar o limitar nuestra sensación de bienestar, tener la posibilidad de desarrollar aptitudes y organizar el entorno para poder pasar la mayor parte del tiempo en nuestro punto fijo de la felicidad, para así optimizar la sensación de bienestar.

La felicidad es una de las cosas que no se puede definir fácilmente, pero todos pueden identificarla (Tapia, Tarragona y González, 2012). Lyubomirsky (2008, como se citó en Tapia, Tarragona y González, 2012), la define como “sentirse gozo, estar satisfecho y vivir un estado de bienestar, combinado con una sensación de que nuestra vida es buena, tiene sentido y vale la pena”. Seligman (2006), habla de cuando una persona es feliz, se centra menos en la persona, es decir nos cae mejor los demás y deseamos compartir buena fortuna incluso a personas desconocidas, sin embargo cuando la persona está deprimida, desconfiada e introvertida se centra en la propia necesidad de modo defensivo en el cual intenta ser el número uno en más propio de la tristeza que del bienestar.

A finales del el siglo XX, comienza el interés sobre el concepto de bienestar, antecedido por pensamientos de filósofos como Platón, Aristóteles, Confucio y Séneca, acerca de la “vida buena”, la “vida virtuosa” y “cuidado del alma”, además de reflexiones derivadas de las tradiciones de Oriente y Occidente tales como: el cristianismo, budismo, hinduismo, taoísmo, entre otros, para después enfocarse

en la investigación acerca de cómo definir y describir la felicidad, que desde entonces continúa extendiéndose alrededor de todo el mundo (Satorres, 2013).

El bienestar no es más que la posesión de un conjunto de atributos, se convierte, entonces, en una meta social para las personas donde las personas experimentan teorías sobre la naturaleza y comportamiento humano para derivar listados de atributos o factores que se relacionan con una experiencia de vida más satisfactoria, está asociada a la vivencia de las personas, que provee información relevante sobre cómo estos experimentan su vida, ya que es el interesado quien provee la situación acerca de su bienestar (Rojas, 2011).

Lawton (1983), se enfocó a los componentes de la calidad de vida en los que engloba: bienestar psicológico, percepción de calidad de vida, competencia intelectual y medio ambiente objetivo. Seguidores a este pensamiento a buena parte de los estudios iniciales en esta área de conocimiento se centraron en aspectos externos donde se analizaban las condiciones de vida que favorecerían el bienestar objetivo, inicialmente se adoptó el término “nivel de vida” para hacer referencia a estas condiciones que, en un principio, se circunscribían a lo puramente económico.

Algunos autores han utilizado el constructo bienestar subjetivo, relacionada fundamentalmente con la felicidad tradición hedónica, y otra ligada al potencial humano el constructo bienestar psicológico (psychological wellbeing, PWB) como representante de la tradición eudaimónica. El término hedónica concibió originalmente el bienestar como un indicador de la calidad de vida basado en la relación entre las características del ambiente y el nivel de satisfacción experimentado por las personas, se comenzó a definir los términos de satisfacción con la vida, como un juicio global que las personas hacen de su vida o en concepto de felicidad el balance global de los afectos positivos y los afectos negativos que han marcado la vida de cada individuo. Mientras la eudaemonia se gana principalmente llevando una vida virtuosa, no quería decir que la virtud conduce a sentimientos de alegría, Aristóteles estaba prescribiendo la virtud como

el estándar normativo con relación al cual se puede juzgar la vida de las personas; es decir eudaemonia no es la felicidad en el sentido moderno de la palabra, sino un estado deseable juzgado desde un sistema de valores particular (Diener, 1994).

Diener (1994 como se citó en Arcila, 2011), propone tres elementos para el bienestar subjetivo: su carácter subjetivo, que descansa sobre la propia experiencia de la persona; su dimensión global, pues incluye una valoración o juicio de todos los aspectos de su vida; y la necesaria inclusión de medidas positivas, ya que su naturaleza va más allá de la mera ausencia de factores negativos.

Para Veenhoven (1991) bienestar subjetivo es el grado en que un individuo juzga su vida “como un todo” en términos positivos, es decir en qué medida un sujeto se encuentra conforme con la vida que lleva. Según este autor el individuo utiliza dos componentes para realizar esta evaluación: sus pensamientos y sus afectos, el componente cognitivo, de la satisfacción con la vida representa la discrepancia percibida entre sus aspiraciones y sus logros y su rango oscila desde la sensación de realización personal hasta la experiencia vital de fracaso. Plantea como principal característica del bienestar la estabilidad; así mismo caracteriza a la felicidad y al bienestar psicológico como disposiciones bio-psicológicas-naturales, sugiere que así como la salud es el estado natural biológico del organismo, en el área psicológica esa disposición la constituye el bienestar subjetivo, por otra parte la satisfacción con la vida y el componente afectivo del bienestar subjetivo tienden a correlacionar debido a que ambos están influidos por la valoración que realiza el sujeto acerca de los sucesos, actividades y circunstancias en los que se desarrolla su vida igualmente estos componentes pueden diferir, puesto que la satisfacción con la vida representa una valoración global de la vida como un todo, mientras que el balance afectivo depende más de las reacciones puntuales a eventos concretos que acontecen en el transcurrir de su vida (Veenhoven, 1995).

El término de bienestar psicológico ha sido de gran impacto, desde su surgimiento en Estados Unidos y se fue perfeccionando a partir del desarrollo de las sociedades industrializadas y del interés por las condiciones de vida donde se cuestionaba el motivo de que algunas personas se sienten más satisfechas con sus vidas que otras personas, además de ver cuáles son los posibles factores relacionados con el bienestar psicológico mismas que dieron origen a numerosos estudios sobre esta temática (Coronel, s.f.).

El bienestar psicológico es una dimensión fundamentalmente evaluativa que tiene que ver con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido. Ryff (1989), ofrece una interesante perspectiva uniendo las teorías del desarrollo humano óptimo, el funcionamiento mental positivo y las teorías del ciclo vital. Para la autora, el bienestar tiene variaciones importantes según la edad, el sexo y la cultura; pudo verificar en diferentes estudios que el bienestar psicológico está compuesto por seis dimensiones bien diferenciadas: apreciación positiva de sí mismo; capacidad para manejar de forma efectiva el medio y la propia vida; la alta calidad de los vínculos personales; la creencia de que la vida tiene propósito y significado; el sentimiento de que se va creciendo y desarrollándose a lo largo de la vida y por último el sentido de autodeterminación. Se pudo verificar mediante técnicas de análisis factorial confirmatorio, en población general norteamericana, la existencia de estas seis dimensiones del bienestar. Se puede expresar que el bienestar psicológico se presenta como un concepto multidimensional. Es un término complejo que ha sido empleado de un modo impreciso en relación con otros como satisfacción vital y calidad de vida, como lo hemos señalado anteriormente. Ryff y Keyes (1995), diferencian al bienestar psicológico, como percepción subjetiva, estado o sentimiento; para ellos la satisfacción es entendida como la gratificación proporcionada por los proyectos personales; mientras que la calidad de vida es el grado en que la vida es percibida favorablemente; consideran que se le puede medir a través de algunos de sus componentes como afectos y cognición, los cuales tienen que ser examinados en diferentes contextos tales como familia y trabajo.

Coppari, Argaña, Bartels, Bilbao. Bittar, Díaz, Díaz, Garay, Gomez, Paiva y Paredes (2012) en su investigación realizada en Paraguay, buscaron medir el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de dos instituciones: pública y privada, los resultados indican que el 55.6% de los alumnos de la escuela pública se encuentran en un nivel alto de bienestar psicológico y por otra parte es el 24.1% de los alumnos de la escuela privada los que se ubican en este nivel.

A su vez Mercado (2002) realizó un estudio acerca del bienestar subjetivo en los docentes, donde encontró que los docentes de tiempo parcial el departamento de Psicología se encuentran en una grado de bienestar subjetivo aceptable, mientras que el departamento de Educación obtuvieron medias más altas en expresividad negativa, menores en afectividad positiva y en el nivel de satisfacción en el factor familia, social, religión y economía.

El interés de conocer a los universitarios el término bienestar psicológico es importante que de acuerdo a como ellos evolucionan aceptando como son, buscando siempre la satisfacción de lo que realizan, propósito de lo que llevan a cabo, reconociendo sus errores y reconocerlos es como estas acciones pueden mejorar o relacionarse con otras variables, como por ejemplo el rendimiento académico, en el cual el universitario desarrolla a través de asignaciones, evaluaciones del conocimiento adquirido. Para Izquierdo (1999), menciona que el rendimiento mejora si se adopta una actitud positiva para demostrarla ante el estudio, de tal manera fomenta el interés, facilita la dedicación y concentración.

El rendimiento académico se concibe como un término en el que no sólo se contemplan las aptitudes y la motivación del alumno sino también otras variables intervinientes como los aspectos docentes, la relación profesor-alumno, el entorno familiar, etc. Lo primordial es encontrar buenos predictores del rendimiento futuro de manera que se reduzca el fracaso académico en los programas que intentan encontrar la mejor técnica para la predicción del rendimiento académico, con el fin de lograr aumentar la tasa de éxito en un programa para los universitarios (García, Alvarado, y Jiménez, 2000).

En la vida académica, habilidad y esfuerzo no son sinónimos; el esfuerzo no garantiza un éxito y la habilidad empieza a cobrar mayor importancia. Esto se debe a cierta capacidad cognoscitiva que le permite al alumno hacer una elaboración mental de las implicaciones que tiene el manejo de las autopercepciones de habilidad y esfuerzo, dichas autopercepciones, si bien son complementarias, no presentan el mismo peso para el estudiante; puede percibirse como capaz (Edel, 2003).

Las investigaciones acerca del rendimiento académico han sido de gran impacto pues permiten conocer un gran número de variables que entran a ser posibles factores que afecten al alumno para desarrollarse en lo académico, social, psicológico, entre otras. Para González y Tourón (1992), el cambio en el rendimiento académico del alumno, puede estar asociado a distintos factores que afectan al proceso de aprendizaje, es una condición necesaria para la intervención educativa pueda diseñar los mecanismos para potenciar el rendimiento académico a los estudiantes.

Félix (2008) hace énfasis que a medida de que transcurren los años de escolarización, aumenta la valoración que los alumnos hacen del rendimiento académico, sobre todo porque van comprobando que la sociedad y su entorno dan mucha importancia a los resultados escolares es decir a las calificaciones, ya sea para por competitividad o contexto familiar, o ciertos intereses en los cuales lo ven como una necesidad y no como un gran logro o satisfacción de todo el esfuerzo dedicado.

Los estudios del rendimiento académico en la educación superior parecen ser en una de las situaciones que han sido enfoque de estudio debido al auge que experimenta el sector universitario en el marco de una sociedad caracterizada por el rápido avance del conocimiento, fluidez en la transmisión de la formación y los cambios acelerados en las estructuras sociales. En este contexto adquiere valor la calificación del capital humano y se estrecha vinculación con los resultados sobre el rendimiento académico de los estudiantes universitarios (Garbanzo, 2007).

Para Montero, Villalobos y Valverde (2007), los factores asociados al rendimiento académico pueden interpretarse de acuerdo con una teoría educativa, se debe también hacer un esfuerzo por identificar y definir variables que puedan ser manipuladas, controladas o modificadas, ya sea por las mismas instituciones de enseñanza o por el sistema educativo, este tipo de investigaciones se consideran clave si se pretende proveer a los tomadores de decisiones de las herramientas necesarias para implementar cambios a nivel institucional o programático, que produzcan efectivamente, los impactos deseados.

El interés es encontrar relación en base al bienestar psicológico y su rendimiento académico, como Chávez (2006) realizó una investigación con estudiantes de bachillerato en Colima acerca del bienestar psicológico y rendimiento académico donde encontró una relación positiva y significativa, así mismo él percibe al rendimiento académico como un problema complicado desde su conceptualización, ya que existen diferentes formas de llamarlo: aptitud escolar, desempeño académico, ó rendimiento escolar, y las diferencias de concepto no sólo se explican por cuestiones semánticas, ya que generalmente en los textos, la vida escolar, experiencia docente, son utilizadas como sinónimos; para este autor el rendimiento académico es la relación que existe entre el esfuerzo y la adquisición producto, en el contexto de la educación es una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma apreciativa lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación.

Villaseñor-Ponce (2010) en su investigación acerca de ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes de primer ingreso a la universidad, encontró que los estudiantes presentan altos niveles de bienestar psicológico, así mismo demostró que existe una relación negativa y estadísticamente significativa entre estas dos variables, además plantea al bienestar psicológico como mediador en la ejecución académica por lo que sugiere realizar más investigación entre esta variable y rendimiento académico.

En una investigación realizada por Rivera, Figueroa, Funes, Calix, Paguada, Sosa, Escobar, Galo y Murillo (s.f.) acerca del bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico se encontró que el 15% posee un nivel bajo de bienestar psicológico y el resto se ubica en el nivel medio (43%) y alto (42%), siendo los programas de Administración de empresas los que obtuvieron puntuaciones más altas en esta variable e Ingeniería Química las más bajas, así mismo no se encontró relación alguna entre las variables bienestar psicológico, la asertividad y el rendimiento académico, por lo que los autores concluyen que el rendimiento académico no se ve causado ni relacionado con el bienestar psicológico ni con la asertividad y estas últimas dos variables tampoco tiene relación alguna entre ellas. Sin embargo, Velásquez, Montgomery, Montero, Pomaloya, Dioses, Velásquez, Araki y Reynoso (2008) si encontraron correlación significativa entre las variables bienestar psicológico y rendimiento académico, así como asertividad y bienestar psicológico; por otra parte no se encontró relación entre las variables asertividad y rendimiento académico, así mismo los resultados indican un mayor nivel de bienestar psicológico en las estudiantes del sexo femenino.

En la investigación realizada por Robles, Sánchez y Galicia (2011) de tipo correlacional, llevada a cabo en México con 114 estudiantes de secundaria, se encontró relación estadísticamente significativa entre las tres variables investigadas (depresión, bienestar psicológico y rendimiento académico), se menciona también que en relación al sexo no se encontraron diferencias significativas, sin embargo son las mujeres las que obtuvieron las puntuaciones de los niveles “alto” y “muy alto”.

Ferragut y Fierro (2012) realizaron un estudio donde se realizó un análisis de la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar personal y su posible predicción del rendimiento académico con 66 estudiantes de último ciclo de primaria con edades de entre 9 y 12 años. Los resultados mostraron la existencia de correlaciones significativas entre bienestar e inteligencia emocional, así como entre rendimiento académico y bienestar, sin embargo no se encontró relación

inteligencia emocional y rendimiento académico. Además, el análisis de regresión múltiple demostró una recta de regresión donde el único predictor para nota media es el bienestar, lo cual indican relación entre bienestar e inteligencia emocional y la importancia de estos constructos psicológicos para el logro académico.

1.2 Planteamiento del problema

En la actualidad los jóvenes de nivel universitario comienzan a tener actividades o toma de decisiones en la cual deben integrarse de forma constructiva con emociones, actitud y propósitos positivos, esto no quiere decir que no deban existir los negativos si no lo ideal es minimizar los necesarios. Está investigación como es visto, se centra en los jóvenes de nivel universitario, el bienestar psicológico y su rendimiento académico. Se intenta proveer argumentando una nueva directriz al respecto con el problema planteado mediante algunos resultados de otras investigaciones con el fin de dar un amplio panorama a esta investigación

En la vida académica, habilidad y esfuerzo no son sinónimos; el esfuerzo no garantiza un éxito, y la habilidad empieza a cobrar mayor importancia. Esto se debe a cierta capacidad cognitiva que le permite al alumno hacer una elaboración mental de las implicaciones causales que tiene el manejo de las autopercepciones de habilidad y esfuerzo. El rendimiento académico es el conocimiento adquirido en el ámbito escolar; un estudiante con buen rendimiento académico es quien obtiene calificaciones positivas, una medida de capacidades del estudiante que expresa a lo largo de su proceso estudiantil, que se vincula con la aptitud. Cuando se trata de evaluar el rendimiento académico y cómo mejorarlo, se analizan en mayor ó menor grado los factores que pueden influir en él, generalmente se consideran, entre otros, factores socioeconómicos, la amplitud de los programas de estudio, las metodologías de enseñanza utilizadas, la dificultad de emplear una enseñanza personalizada, los conceptos previos que tienen los alumnos, así como el nivel de pensamiento formal de los mismos. La complejidad del rendimiento académico inicia desde su conceptualización, en ocasiones se le denomina como aptitud

escolar, desempeño académico ó rendimiento escolar, pero generalmente las diferencias de concepto sólo se explican por cuestiones semánticas, ya que generalmente, en los textos, la vida escolar y la experiencia docente, son utilizadas como sinónimos. La definición de Jiménez (2000 como se citó en Edel, 2003) postula que el rendimiento escolar es un “nivel de conocimientos demostrado en un área ó materia comparado con la norma de edad y nivel académico”, por lo que se concluye que el rendimiento del alumno debería ser entendido a partir de sus procesos de evaluación, sin embargo la simple medición y/o evaluación de los rendimientos alcanzados por los alumnos no provee por sí misma todas las pautas necesarias para la acción destinada al mejoramiento de la calidad educativa.

En la actualidad existen diversas investigaciones que se dirigen a encontrar explicaciones del bajo rendimiento académico, las cuales van desde estudios exploratorios, descriptivos y correlacionales hasta estudios explicativos; si bien es cierto que resulta una tarea ardua localizar investigaciones específicas que describan ó expliquen la naturaleza de las variables asociadas al éxito o fracaso académico, también es verdad que el acervo teórico y bibliográfico para sustentar una investigación de ésta naturaleza resulta enriquecedor; por lo cual se describen a continuación algunas de ellas (Edel, 2003).

Pizarro y Crespo (2000), al mencionar la variable inteligencia en relación al rendimiento académico expresan que “la inteligencia humana no es una realidad fácilmente identificable, es un constructo utilizado para estimar, explicar ó evaluar algunas diferencias conductuales entre las personas: éxitos / fracasos académicos, modos de relacionarse con los demás, proyecciones de proyectos de vida, desarrollo de talentos, notas educativas, resultados de test cognitivos, etc. Los científicos no han podido ponerse muy de acuerdo respecto a qué denominar una conducta inteligente “(p1-8).

Algunos resultados obtenidos por autores como Beguet, Cortada, Castro y Renault, (2001) afirma que las dos primeras variables, la intelectual y las aptitudes

de estudio, son las más importantes para predecir el éxito escolar y explicar la mayor parte del fenómeno.

Para González, López y Parra (2007) en su estudio sobre el éxito o fracaso académico demuestran diferencias significativas por sexo respecto a los promedios obtenidos en cada uno de los semestres de tal manera que las mujeres obtienen mejores promedios en comparación con los hombres. Además al analizar correlación en el promedio general se encontró que durante los cinco semestres posteriores al ingreso de estos estudiantes, se relaciona de manera positiva y significativa con el promedio de la preparatoria, y el ingreso familiar. Lo que significa que, en la medida que el promedio de la preparatoria y el ingreso familiar son mayores, mejores promedios obtienen los estudiantes en la universidad. Es así que surge el interés de profundizar con este tema para determinar el bienestar psicológico y el rendimiento académico de estudiantes del Instituto Tecnológico de Sonora de Cd. Obregón Sonora.

1.3 Objetivos

- Identificar el nivel de bienestar psicológico que presentan los estudiantes universitarios que participaron en el estudio, conocer si esto repercute en su desarrollo.
- Determinar si existe una relación estadística entre las variables de bienestar psicológico y rendimiento académico.

1.4 Justificación

Con base a las investigaciones ya mencionadas se pretender ampliar la investigación en torno al bienestar psicológico de los estudiantes universitarios y su relación con el rendimiento académico.

La mayor parte de las investigaciones sobre estudiantes universitarios incluyen: características personales, opiniones en torno a la escuela, intereses, referencias académicas, descripciones sociofamiliares y socioeconómicas,

motivadores para estudiar, elección de una carrera, inclinaciones e influencias en la decisión, condiciones y hábitos de estudio actividades culturales y recreativas, expectativas académicas y laborales; los cuales no abordan de manera subjetiva a los estudiantes (Álvarez, 2007).

En este campo existe una cantidad de datos empíricos, pero muy pocos modelos teóricos que guíen la construcción de los instrumentos y la interpretación de los resultados de las investigaciones. Los investigadores del bienestar psicológico critican la operacionalización exclusiva del bienestar a través de los índices de afecto positivo o negativo o las escalas unidimensionales de satisfacción, ignorando la adjudicación de significado de los actos humanos, entendido como el sentido de orden o coherencia en la existencia personal (Castro, 2009).

El modelo multidimensional del bienestar psicológico está basado en la literatura sobre desarrollo humano, Ryff, 1989 la cual propone que el funcionamiento psicológico estaría conformado por una estructura de seis factores: autoaceptación, crecimiento personal, propósitos de vida, relaciones positivas con otros, dominio medio ambiental y autonomía. En sus investigaciones, los autores encontraron que el crecimiento personal y los propósitos de vida disminuyen con el tiempo ambas características propias de la adultez y que el dominio medio ambiental y la autonomía crecen con el tiempo adultez tardía y vejez. Estos hallazgos sugieren que el significado o la experiencia subjetiva de bienestar cambia a lo largo de la vida. También encontró, entrevistando a adultos medios y más viejos, que hombres y mujeres mencionaban las buenas relaciones con otros, como uno de los más importantes aspectos de su bienestar psicológico.

La presente investigación aportará en la evaluación de bienestar psicológico en los estudiantes universitarios, así mismo indicará si esta variable repercute en su rendimiento académico, lo que implica un aporte a la psicología clínica y educativa, así mismo contribuye a nivel de investigación básica donde servirá de precedente a futuras investigaciones relacionadas al tema. Se desea contribuir en

la mejoría de los estudiantes sugiriendo estrategias para mejorar los indicadores de bienestar psicológico y rendimiento; de igual forma reiterar la importancia de ambas variables, lo que traerá consigo un beneficio para los estudiantes en general y en específico a los estudiantes del área de educación y psicología.

1.5 Limitaciones del estudio Las limitaciones más importantes que consideran son:

- El tamaño de la muestra para realizar posibles generalizaciones. La disponibilidad del estudiante al contestar el instrumento.

1.6 Hipótesis Se plantearon las siguientes hipótesis:

- Existe una relación estadísticamente significativa entre bienestar psicológico y rendimiento académico.
- A menor bienestar psicológico, menor rendimiento académico.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

En el desarrollo de este capítulo se revisará el concepto de bienestar psicológico, así como las teorías y los factores relacionados a esta variable. Además se presenta información del rendimiento académico, las dimensiones que son trascendentes para obtener un éxito o fracaso escolar, así como las áreas de desarrollo que se presentan conforme a la etapa de adultez temprana en la que se ubica la mayoría de los estudiantes universitarios.

2.1 Bienestar

El diccionario de la Lengua Española, (2001) define el bienestar como “el estado de la persona en el que se le hace sensible el buen funcionamiento de su actividad somática y psíquica” este concepto no sólo está asociado a una mayor satisfacción psicológica sino que tiene importantes implicaciones para la salud física, tanto si es evaluado de una perspectiva hedónica como eudaimonía, el

bienestar parece tener un papel en la prevención y recuperación de condiciones y enfermedades físicas, permitiendo incluso incrementar la esperanza de vida. El bienestar parece tener una relación directa con determinados parámetros físicos protectores como los relacionados con la capacidad inmunitaria del individuo, pero también parece afectar por otras vías como son: el aumento de las conductas saludables o de buen afrontamiento de los problemas de salud, así como por su capacidad amortiguadora del estrés. Todo esto sugiere que la promoción del bienestar puede tener un importante efecto en términos de salud (Vázquez, Hervás, Rahona, Gómez, 2009). El bienestar no sólo se refiere a la posesión de los recursos necesarios para que su satisfacción de las necesidades individuales, requiere deseos y la participación en las actividades de apoyo, el desarrollo personal y la autorrealización, sino que también tiene en cuenta la comparación satisfactoria entre uno mismo y los demás (Shin y Jhonson, 1978, como se citó en Beverley, 2008). Seligman (2011), señala que el bienestar es un constructo, no una cosa tangible, sino un concepto que tiene varios elementos medibles. Las personas se ven enfrentadas cotidianamente a distintos eventos que van configurando la percepción de nuestra vida, marcando a través de las reacciones emocionales del bienestar (Casullo, 2008).

Al comienzo de la década de los 60 del pasado siglo, aparecen los primeros trabajos donde se intenta definir el bienestar y, sobretodo sus fuentes. Bradburn y Caplovitz (como se citó en Oramas, Santana y Vergara, 2006) tomaron un camino diferente, su enfoque se basó en la disposición de ánimo y afecto-felicidad para el bienestar. La nueva dimensión de su trabajo fue pensar en la felicidad no como la ausencia de un perjuicio negativo, sino como el equilibrio positivo entre la inevitable mezcla de experiencias buenas y malas que son la sustancia de la vida cotidiana. Toda propuesta de sistema de cuentas nacionales de bienestar tiene el potencial de ser descarrilado inmediatamente por malentendidos acerca de la definición precisa de bienestar que guía el esfuerzo. Precisamente porque la felicidad tiene connotaciones amplias y estrechas significa que no se puede comunicar con precisión el significado de la construcción que creemos que debe evaluarse la hora de orientar las decisiones de política. Al igual que la felicidad, el

bienestar es un término ampliamente utilizado, y que también puede llegar a tener muchos significados. Todas las definiciones de bienestar implican una evaluación; bienestar es bueno y deseable y el malestar es una mala e indeseable. Una diferencia crucial en la definición de bienestar es el objeto de la evaluación. Algunas definiciones se centran en aspectos específicos de la vida de las personas o habilidades (Diener, Lucas, Schimmack, y Helliwell, 2009).

Para Escobar (2006) las personas relacionan el bienestar con dimensiones individuales y contextuales e identifican aspectos que lo facilitan y lo dificultan en ambas dimensiones, pero el eje principal es la dimensión personal (emociones, competencias psicológicas, estado general, salud). Sin embargo las personas reconocen la existencia de problemas y situaciones adversas que interfieren en su bienestar, así como la posibilidad de afrontarlos. El objetivo de la psicología positiva es impulsar el estudio de lo positivo que actualmente ha sido de gran impacto, lo cual revela este abandono del estudio de lo positivo es la escasez de modelos sobre el bienestar humano (Vázquez y Hervás, 2008). Castro (2010), en el estudio del bienestar debe tomar en cuenta la aceptación, sentido de propósito o significado vital, sentido de crecimiento personal o compromiso y el establecimiento de buenos vínculos personales, el bienestar es un constructo mucho más amplio que la simple estabilidad de los afectos positivos a lo largo del tiempo, denominado sabiduría popular como felicidad.

Es por eso que se debe conocer del bienestar psicológico de donde surge a raíz de que sucedió, generalmente la relacionan con condiciones de vida, estilo de vida, modo de vida y calidad de vida. Se detallara como el bienestar psicológico está determinado socio-culturalmente, existiendo una interrelación dialéctica entre lo biológico, lo social y lo psicológico, donde la personalidad como sistema regulador desempeña un importantísimo papel.

2.2 Bienestar psicológico

El concepto bienestar psicológico surgió en Estados Unidos y se fue precisando a partir del desarrollo de las sociedades industrializadas y del interés

por las condiciones de vida. El bienestar psicológico se relacionaba con la apariencia física, inteligencia y dinero pero actualmente con diversas investigaciones, es relacionado con el desarrollo de las capacidades y crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo (Salotti, 2006).

Carr (2007), conceptualiza al bienestar psicológico como la plena realización de nuestro potencial psicológico. Corral (2012), lo concibe como el equivalente positivo de “salud mental”, pero en este caso la “sanidad” de la mente no se concebiría como la ausencia de “afecciones” psicológicas, si no como la presencia de un estado de realización, bienestar subjetivo, crecimiento y plenitud. El concepto de bienestar psicológico incluye tanto elementos relacionados con el ámbito afectivo como con el evaluativo (Vázquez, y Hervás, 2009).

Este constructo ha sido ampliamente estudiado en el campo de la psicología, confundido en muchas ocasiones con constructos como la calidad de vida o la salud mental; sin embargo, su estudio en las últimas décadas permite una definición, que indica que es la evaluación que la persona hace de su vida, en áreas específicas como la laboral, de familia, de pareja, etc. y una evaluación afectiva relacionada con la frecuencia e intensidad de emociones positivas y negativas; su investigación se ha incluido en numerosas investigaciones en el campo de la salud y en diferentes poblaciones. El estudio de bienestar psicológico resulta de gran impacto, ya que si se hace alusión al estado físico y mental de la persona, es vital saber que la evaluación que la persona hace acerca de su estatus, influirá en la toma de decisiones y en su conducta, siendo la adolescencia una población vulnerable, ya que la etapa por la que atraviesan es complicada por todos los cambios y adaptaciones que tienen que realizar los jóvenes y que suelen repercutir en su vida diaria (Balcázar, Bonilla, Gurrola, Loera, Trejo, 2009).

Meza (2011) demuestra que la vertiente eudaimónica del bienestar psicológico surge en respuesta a las concepciones previas de bienestar, enfocadas en la evaluación que las personas hacían del placer, la alegría y

satisfacción con la vida experimentados. La idea principal del concepto de eudaimonía, plasmada en la definición de bienestar psicológico, tiene que ver con la autorrealización del individuo producto del desarrollo de sus potencialidades. Otras corrientes teóricas que nutren el constructo de bienestar psicológico son la psicología clínica, desde sus intentos de definir la salud mental a partir de sus aspectos positivos, rompiendo con el énfasis en la psicopatología; y la psicología del desarrollo, identificando tareas representativas de cada etapa del ciclo vital, cuyo logro propiciaba el bienestar.

Para Diener (1994), existen tres características que definen el bienestar psicológico: subjetividad, presencia de indicadores positivos y no ausencia de factores negativos, y una valoración global de la vida. Un alto bienestar depende de una apreciación positiva de la vida que perdura a lo largo del tiempo; y el bajo bienestar depende del desajuste entre expectativas y logros. El componente cognitivo en la investigación científica aparece más relevante, dado que su principal característica es la estabilidad, es decir, se mantiene en el tiempo e impregna la vida global de los sujetos. Mientras que el componente afectivo se presenta como mucho más lábil, momentáneo y cambiante. En general las investigaciones en el campo de la satisfacción se han interesado generalmente por los componentes que han demostrado ser más estables.

Según Díaz y Sánchez (2002, como se citó en Acuña y Bruschi, 2013), puede definirse al bienestar psicológico como la evaluación que las personas hacen de sus vidas, incluye una dimensión cognitiva; es decir que se refiere a la satisfacción con la vida en su totalidad o por áreas específicas como la matrimonial, laboral, etc., y otra afectiva en la cual está relacionada con la frecuencia e intensidad de emociones positivas y negativas, que mediante una compleja interacción generan en el individuo percepciones que abarcan un espectro de vivencias que transita desde la agonía hasta el éxtasis. Para estos autores, la persona con un bienestar psicológico adecuado, posee una satisfacción con su vida, frecuentes emociones positivas y sólo infrecuentemente, emociones negativas. Si por el contrario, el individuo expresa insatisfacción con su

vida y experimenta pocas emociones positivas y frecuentes negativas, su bienestar subjetivo se considera bajo.) Mientras la tradición del bienestar subjetivo ha mostrado especial interés en el estudio de los afectos y la satisfacción con la vida, el bienestar psicológico ha centrado su atención en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, concebidas ambas como los principales indicadores del funcionamiento positivo (Díaz, Rodríguez-Carvajal, Blanco, Moreno-Jiménez, Gallardo, Valle, y Dierendonck, 2006).

En el estudio de González, Montoya, Casullo y Bernabeu, 2002, se buscó la relación entre el afrontamiento y el bienestar psicológico, así como la incidencia de la edad y el género sobre estas variables, los resultados señalan una escasa relación de la edad con el afrontamiento y el bienestar psicológico. En cuanto al género, las mujeres poseen mayor repertorio de estrategias de afrontamiento y menos habilidad para afrontar los problemas que los varones. El nivel de bienestar psicológico establece diferencias más claras respecto a las estrategias de afrontamiento utilizadas que la edad y el género.

Oramas, Santana, y Vergara (2006), menciona que el tema del bienestar humano es algo que preocupa a la humanidad desde que emerge como tal; el ser humano busca la satisfacción de sus necesidades como todo ser vivo; sin embargo, la conciencia de sentirse feliz es algo específico de la especie humana. Como se aprecia, el bienestar forma parte de un universo conceptual más amplio: el de calidad de vida; de cómo y por qué las personas vivencian sus vidas de manera positiva, y está muy relacionado con temas como bienestar psicológico, felicidad, satisfacción moral y afectos positivos. El término bienestar lleva implícita la vivencia personal, subjetiva, por lo que para algunos autores el término bienestar subjetivo puede considerarse una redundancia. El bienestar psicológico ha sido utilizado como sinónimo de bienestar subjetivo; de hecho, ambos términos están estrechamente relacionados. El bienestar psicológico puede ser considerado como la parte del bienestar que compone el nivel psicológico, siendo el bienestar general o bienestar subjetivo el que está compuesto por otras influencias, como,

por ejemplo la satisfacción de necesidades de diversa naturaleza y no de tipo psicológico.

Se analiza una confusión entre lo que el bienestar es, lo que lo determina o condiciona y lo que constituye sus áreas de manifestación o consecuencias; así las consecuencias de un alto nivel de bienestar psicológico a menudo se han confundido con la esencia del bienestar, cuando en realidad lo que ocurre es un ciclo de causa-efecto. El bienestar psicológico se produce en relación con un juicio cognitivo acerca de los logros pero a su vez influye en la conducta dirigida al logro de metas y propósitos. La persona con altos niveles de bienestar suele trazarse metas alcanzables de lo cual deriva a la vez, satisfacción y bienestar. El bienestar psicológico suele ser la resultante de afrontar adecuadamente las situaciones de estrés de la vida cotidiana, pero a la vez una persona con alto nivel de bienestar está mejor preparada y, de hecho, afronta mejor las demandas y desafíos del ambiente. Por otra parte, la autoestima, la autodeterminación, la autoconfianza, que tan a menudo aparecen en la literatura como indicadores de bienestar psicológico, son importantes factores mediadores, elementos que influyen en el nivel de bienestar que alcanza una persona. Una autoestima elevada, es una valoración positiva, de nosotros mismos, que produce satisfacción y disfrute personal y a la vez puede producir conductas encaminadas a la obtención de metas que producen satisfacción y bienestar, lo cual refuerza la autoestima. Pero estos elementos no son el bienestar, no componen el bienestar, sino que son algunos de sus factores mediadores y expresiones conductuales. El bienestar psicológico surge del balance entre las expectativas, la proyección de futuro y los logros, la valoración del presente, lo que varios llaman satisfacción, en las áreas de mayor interés para el ser humano y que, de manera genérica, han sido identificadas con el trabajo, la familia, la salud, las condiciones materiales de vida, las relaciones interpersonales, y las relaciones sexuales y afectivas con la pareja. El bienestar tiene que ver con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido. Los indicadores de corte objetivo resultan necesarios pero requieren de un complemento indispensable: el distinguir cómo se expresan estos valores sociales en el individuo y cuán importantes resultan para

él. De aquí la importancia del estudio del bienestar psicológico como dimensión subjetiva de la calidad de vida (García-Viniegras, 2005).

El bienestar psicológico posee elementos reactivos, transitorios, vinculados a la esfera emocional, pero trasciende la reacción emocional inmediata, el estado de ánimo como tal. Resultan esenciales los elementos más estables que son expresión de lo cognitivo, de lo valorativo. Dentro de la propia esfera emocional, existen elementos más estables, vinculados a rasgos de personalidad y elementos menos estables vinculados a estados emocionales reactivos. Tanto el aspecto emocional como el cognitivo están estrechamente vinculados y muy influenciados por la personalidad como sistema de interacciones complejas, así como por las circunstancias medioambientales. El bienestar psicológico se vincula a un tono psico-afectivo que tiende a mantenerse con carácter estable, derivado de vivencias personales, irrepetibles, surgidas en el marco de la vida social y de la historia personal. Lo que las personas entienden por bienestar, lo que produce satisfacción y disfrute, varía de una sociedad a otra, de una época a otra, de una etapa del desarrollo social a otra y de un momento de la vida personal a otro, todo lo cual fundamenta que sea, en sí mismo, una vivencia personal e irrepetible (García-Viniegras y González, 2000).

Estos autores vinculan el bienestar psicológico con el estado mental y emocional que determina el funcionamiento psíquico óptimo de una persona de acuerdo a su paradigma personal y al modo de adecuarse a las exigencias internas y externas del entorno físico y social. Así mismo, relaciona el bienestar con las creencias que orientan las acciones de las personas, el significado atribuido a sus experiencias previas, las experiencias aceptadas y asimiladas cognitivamente y emocionalmente de manera satisfactoria, la capacidad de rechazar aquellas consideradas como inconvenientes y la habilidad de adaptarse a diversas circunstancias con flexibilidad. (González- Méndez, 2005 como se citó en Vielma, 2010).

Existen dos perspectivas explicativas del bienestar psicológico y los factores que lo determinan. La primera de ellas, se corresponde con las teorías denominadas abajo-arriba (bottomup), dirigidas a identificar qué necesidades o factores externos al sujeto afectan su bienestar. La segunda, se relaciona con la perspectiva teórica arriba-abajo (topdown), interesada por descubrir los factores internos que determinan cómo la persona percibe sus circunstancias vitales, independiente de cómo sean éstas objetivamente, y de qué modo dichos factores afectan los juicios o valoraciones que lleva a cabo sobre su felicidad o bienestar personales. Las investigaciones iniciales estuvieron guiadas por la primera de estas perspectivas, no obstante, debido a las reiteradas evidencias empíricas que indicaban la escasa varianza explicada por las variables objetivas y factores demográficos expuestos, muchos investigadores decidieron adentrarse en la segunda de estas sendas, identificando las variables internas que llevan a las personas a experimentar bienestar o a considerarse a sí mismas felices. (Millán y D'Aubeterre, 2011)

Es así como Sánchez–Cánovas entiende por bienestar psicológico a aquel sentido de felicidad que es una percepción subjetiva; aquella capacidad para reflexionar sobre la satisfacción con la vida o sobre la frecuencia e intensidad de las emociones positivas. Así mismo, éste autor ha desarrollado desde 1994 una Escala de Bienestar Psicológico (EBP) (como se citó en Britos, y Estigarribia, 2010).

Según Márquez y Garatachea (2012) el concepto de bienestar psicológico es un amplio conjunto de factores que incluyen las reacciones emocionales de las personas y los juicios globales de satisfacción personal con la vida de cada uno. Proceso activo dirigido a mejorar nuestro estilo de vida en sus diversos aspectos; calidad de vida, funcionamiento eficiente, capacidad para ejecutar de forma productiva y niveles satisfactorios. Se considera que tiene cuatro componentes generales:

- Bienestar emocional; estado y rasgo de ansiedad, estrés, tensión y optimismo.
- Autopercepciones; autoeficacia, autoestima, autoconcepto, imagen corporal, forma física percibida, sentimiento de maestría y locus de control.
- Bienestar físico; dolor y percepción de síntomas físicos.
- Percepciones globales tales como la satisfacción con la vida y el bienestar global.

Se han presentado diversos constructos específicos que se utilizan para la conceptualización de la esencia del bienestar psicológico, es decir como indicadores del mismo y de los procesos implicados, por ejemplo se citan los siguientes: el constructo del sentido de la coherencia, autoeficacia, satisfacción con la vida, optimismo disposicional, pensamiento constructivo, inteligencia emocional, enfrentamiento, apoyo social, orientación hacia la realidad. Todos ellos han surgido a partir de diferentes orientaciones teóricas y sus observaciones empíricas y no se ha determinado con claridad en qué medida se refieren o no a los mismos o a diferentes aspectos de la percepción, experiencia, conducta, las actitudes o el funcionamiento cognitivo en la relación con el bienestar psicológico. Tampoco está del todo claro si se pueden presentar diferencias individuales en función de la edad, género o la pertenencia a distintas culturas.

Para Salanova, Martínez, Bresó, Llorens y Grau, en el 2005 expresaron la situación en la que muestra preocupación de las universidades por ofrecer una enseñanza de calidad suponen considerar todas las variables implicadas en el proceso enseñanza-aprendizaje. En este sentido, es importante la identificación de los obstáculos y facilitadores que los estudiantes encuentran en el cumplimiento de sus tareas y la relación de éstos con el bienestar psicológico y desempeño académico. Los autores señalan que el bienestar psicológico es el resultado de la percepción sobre logros alcanzados en la vida y el grado de satisfacción personal con lo que se ha hecho, se está haciendo o puede hacerse.

Polo (1996), concluyó que el bienestar psicológico se ve desfavorecido ante la presencia del estrés producido en los alumnos de primer ingreso ante la creencia de que habrá una mayor cantidad de carga en trabajos y una falta de tiempo para cumplir con sus actividades académicas. Sin embargo, esta autora demostró que los alumnos de cursos más avanzados adquieren algún tipo de mecanismo de afrontamiento el cual produce disminución de estrés, lo cual crea un equilibrio en el estado emocional favoreciendo el bienestar psicológico.

Parte importante del ser humano es la salud mental ya que, gracias a ella, cada individuo es capaz de interactuar de manera adecuada en su ambiente familiar, emocional, social y físico. El funcionamiento mental favorable es atribuido a diversos aspectos de la vida del individuo, que de manera integral contribuyen al bienestar psicológico. Cuando un individuo cuenta con una buena salud mental, existe un mayor despliegue de sus potencialidades que se verán reflejadas en su convivencia, trabajo y recreación. (Pérez, Ponce, Hernández, y Márquez, 2010).

2.2.1 Modelos del bienestar psicológico

El término de bienestar psicológico tiene como objeto el desarrollo de las capacidades y crecimiento personal, en el cual es fundamental mostrar indicadores positivos, por el cual diversos autores que exponen ciertos modelos que más adelante se detallaran.

2.2.1.1 Modelo multidimensional de bienestar psicológico

En un esfuerzo por integrar conceptos que habían sido estudiados previamente, Carol Ryff se da a la tarea de desarrollar un modelo sobre el bienestar psicológico, su preocupación surge de una minuciosa evaluación de lo estudiado hasta el momento, percatándose de la falta de articulación de un constructo que recoja la idea original de eudaimonía, que incluyera nociones como la de autorrealización, el desarrollo humano y la búsqueda de potenciar las capacidades humanas. Ante este cuadro, Ryff (1989) desarrolló un modelo bajo el concepto de bienestar psicológico que ha facilitado hacer elaboraciones científicas más rigurosas. Entonces lo definió como el desarrollo de las capacidades y el

crecimiento personal, donde el individuo muestra indicadores de funcionamiento positivo. Dentro de la integración teórica de Ryff ésta definió seis dimensiones por las cuales se puede evaluar el continuo positivo-negativo del bienestar psicológico de una persona (estas dimensiones se muestran en la Figura 1).

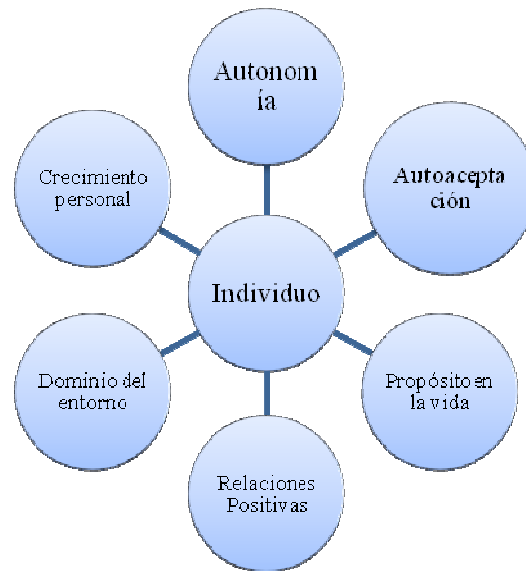


Figura 1. Dimensiones del modelo de bienestar propuesto por Ryff (1989)

El nivel de desarrollo de cada área o dimensión no necesariamente es paralelo en todo momento. El modelo concibe las fluctuaciones y las diferencias en el proceso de maduración, por lo que la persona puede identificar fortalezas en cada área mientras desarrolla otras. Las variables que se presentan en las dimensiones del modelo multidimensional son:

- Autoaceptación, evaluación positiva presente y pasada.
- Autonomía, sentido de autodeterminación.
- Crecimiento personal, sentido de crecimiento y desarrollo como persona,
- Propósito en la vida, creer que la vida tiene significado y propósito.
- Relaciones positivas con otros, poseer o desarrollar relaciones de calidad con otros.
- Dominio del entorno, capacidad de manejarse efectivamente en el ambiente que le rodea.

Según Ryff, (2013) el propósito de este modelo multidimensional del bienestar eudaimónico y considerar sus implicaciones del modelo se examinan, junto con vínculo conceptual que existencial, humanista y psicología del desarrollo. Después de esta revisión histórica, seis componentes clave de bienestar eudaimónico se definen y el proceso de traducción a los inventarios de autoinforme estructuradas se describe brevemente. El principal cambio de trabajo es dar prioridad a encontrar una manera de integrar en un todo coherente, las dimensiones. En la siguiente sección se destila dimensiones clave del bienestar que surgieron de la identificación de los principales puntos de convergencia o superposición en las formulaciones anteriores. Se describirán de forma detallada cada dimensión:

- Relación positiva con los otros. Todas las perspectivas anteriores describen el ámbito interpersonal como elemento central de una vida bien vivida positiva. Las personas necesitan mantener relaciones sociales estables y tener amigos en los que pueda confiar; la capacidad para amar es un componente fundamental del bienestar y consiguientemente de la salud mental. Relaciones cálidas y satisfactorias y de confianza con los demás, se preocupa por el bienestar de los demás, capaces de una fuerte empatía, el afecto y la intimidad; entiende toma y destaca de las relaciones humanas
- Crecimiento Personal. De todos los aspectos del bienestar, es el crecimiento personal que viene ligado en sentido con el termino de Aristóteles eudaimonía porque es la dimensión explícita de que se trate con la autorrealización del individuo. Esta parte del funcionamiento positivo es dinámico, que implica un proceso continuo de desarrollo de las capacidades del individuo. La auto-realización, tal como fue formulada por Maslow y elaborado por Norton, se preocupa especialmente por la realización de las potencialidades personales, así como la concepción de la salud mental de Jahoda. Rogers describió a la persona en pleno funcionamiento como de apertura a la experiencia en la que se desarrolla continuamente y cada vez,

en lugar de lograr un estado fijo en donde se resuelven todos los problemas.

- **Propósito en la Vida.** Esta dimensión de bienestar se basa en gran medida de las perspectivas existenciales, en especial de búsqueda de Frankl de sentido adversidad. Él desarrolló la logoterapia, cosa que estaba directamente relacionada con ayudar a las personas a encontrar significado y propósito en el sufrimiento y las penurias de la vida. La creación de significado y dirección en la vida es el desafío fundamental de vivir auténticamente de acuerdo con Sartre. A pesar de estos puntos de vista tienden a enfatizar la voluntad de encontrar sentido en la cara de lo que es terrible, difícil, o absurdas en la vida, temas de liras propósito también son evidentes en otras literaturas, menos oscuro. El funcionamiento positivo óptimo no sólo requiere de las características anteriormente señaladas; necesita también el empeño por desarrollar sus potencialidades, por seguir creciendo como persona y llevar al máximo sus capacidades.

- **Dominio del entorno.** Ryff, está de acuerdo con Jahoda (1958), que define como la capacidad del individuo para elegir o crear entornos adecuados a las condiciones psíquicas personales como una característica clave de la salud mental. Teorías evolutivas del ciclo vital también hacen hincapié en la importancia de ser capaz de manipular y controlar entornos complejos, especialmente en la mediana edad, así como la capacidad de actuar y cambiar el mundo que nos rodea a través de actividades físicas y mentales. Criterios de madurez de Allport incluyen la capacidad de "extender el mismo", lo cual quería decir ser capaz de participar en ámbitos significativos llevados de la actividad que más allá de uno mismo. Juntos, estos puntos de vista respaldaron la participación activa y el dominio del entorno como elementos importantes de un marco integrado en el funcionamiento psicológico positivo. Esta dimensión tiene paralelismos con otros constructos psicológicos, como un sentido del control y la auto-eficacia, aunque el énfasis en encontrar o crear un contexto que lo rodea que las necesidades y las capacidades personales de los seres humanos es

único en el dominio del medio ambiente. Habilidad personal para elegir o crear entornos favorables para satisfacer los deseos y necesidades propias, es otra de las características del funcionamiento positivo. Las personas con un alto dominio del entorno poseen una mayor sensación de control sobre el mundo y se sienten capaces de influir sobre el contexto que les rodea. Finalmente, las personas necesitan marcarse metas, definir una serie de objetivos que les permitan dotar a su vida de un cierto sentido.

- **Autoaceptación.** Muchas de las formulaciones mencionadas anteriormente hacen hincapié en algo más: concretamente positiva autoestima. Esta es una característica central de la salud mental (Jahoda), así como una característica de autorrealización (Maslow), el funcionamiento óptimo (Rogers), y la madurez (Allport). Teorías vida útil también hicieron hincapié en la importancia de la aceptación de sí mismo como la vida pasada de uno (Erickson, Neugarten). Este proceso de individuación (Jung) subrayó además la necesidad de llegar a un acuerdo con el lado oscuro de uno mismo (la sombra). Es una especie de auto-evaluación que implica a largo plazo la conciencia, aceptación de las fortalezas y debilidades tanto de uno. Las personas intentan sentirse bien consigo mismas incluso siendo conscientes de sus propias limitaciones. Tener actitudes positivas hacia uno mismo es una característica fundamental del funcionamiento psicológico positivo.

- **Autonomía.** Muchos de los marcos conceptuales destacaron cualidades tales como la autodeterminación, la independencia y la regulación de la conducta desde el interior. Autorrealización, por ejemplo, se describen como funcionamiento autónomo se muestra y una "resistencia a la aculturación" (Maslow). La persona completamente funcional descrito por Rogers tiene un locus interno de evaluación, por lo que uno no mirar a los demás, para su aprobación, sino que evalúa a sí mismo los estándares personales. Estas seis dimensiones se han convertido a las herramientas de evaluación empírica se describe brevemente en la siguiente sección, y los hallazgos descriptivos iniciales con respecto a quién hace y no poseer altos niveles de bienestar se resumen. Para poder sostener su propia

individualidad en diferentes contextos sociales, las personas necesitan asentarse en sus propias convicciones (autodeterminación), y mantener su independencia y autoridad personal; son capaces de resistir en mayor medida la presión social y auto-regulan mejor su comportamiento.

2.2.1.2 Modelo PERMA por Seligman

Seligman, decide darle vuelta a la tendencia de la psicología que se enfocaba solamente en emociones negativas y como tratarlas para enfocarse en cómo lograr que las personas sean felices, se su nivel de bienestar crezca. Para el autor el bienestar es más que sonreír y sentirse bien; la forma en que se elige el curso de la vida es tratar de maximizar lo que se siente. El Bienestar es plural en el método, así como la sustancia: la emoción positiva es una variable subjetiva, que se define por lo que piensa y siente. Es decir, las relaciones, y los logros tienen componentes subjetivos y objetivos, ya que se puede creer que tienen un significado, las buenas relaciones y la alta realización y estar equivocado, incluso engañado. El resultado de esto es que el bienestar no puede existir sólo en su propia cabeza: el bienestar es una combinación de sentirse bien y tener realmente sentido, las buenas relaciones y la realización.

El modelo PERMA fue desarrollado por Seligman, 2011, en el cual representa cinco elementos esenciales que deben estar en su lugar para que experimentar un bienestar duradero:

- Positive Emotions- P / Emociones positivas. Para poder experimentar el bienestar, se necesitan emociones positivas en la vida, cualquier emoción positiva como la paz, gratitud, satisfacción, placer, inspiración, esperanza, curiosidad o el amor entra en esta dimensión. Lo principal es disfrutar en el aquí y ahora, el mismo tiempo que las demás dimensiones. Se refleja en la cantidad de palabras positivas y emociones que se sienten durante el día es decir mientras mayor sea el número de emociones positivas en relación a las negativas mayor será el bienestar de la persona (Fredrickson, 2009).

- Engagement - E /Involucramiento. Persona que está verdaderamente comprometidos en una situación, tarea o proyecto, experimentan un estado de flujo: el tiempo parece detenerse, se pierde el sentido del yo y se concentra intensamente en el presente. Capacidad de involucrarse de manera positiva en los actos del día, aun cuando parezcan poco placenteros, si se logra darle la vuelta usando fortalezas en esa situación se elevara el bienestar.

- Relationship -R / Relaciones positivas. Cuando los seres humanos, son seres sociales, las buenas relaciones, es lo fundamental para el bienestar. Una y otra vez se ve que la persona que tiene relaciones significativas y positivas con los demás, son más felices que aquellos que no lo hacen. Manejar las relaciones de manera constructiva ayudar a fortalecer un bienestar alto.

- Meaning -M /Significado. Proviene de servir a una causa más grande que el de la persona, si trata de religión o una causa que ayuda a la humanidad de alguna manera, todos necesitan en las vidas para tener un sentido de bienestar. Pertenece a algo más grande de uno mismo es uno de los pasos para el bienestar; es decir el servir a alguien que lo necesita en ese momento entrega más bienestar que ir a comprar.

- Accomplishment - A / Logros. Muchas personas se esfuerzan a mejorar su actitudes, ya sea que estén tratando de dominar una habilidad, lograr un objetivo valioso o ganar en un evento competitivo; como tal el logro es otra cosa importante que contribuye a la capacidad de prosperar. Sentir que pueden realizar cosas es uno de los pasos, pero asociado a quienes realmente tienen éxito son quienes tienen mayor capacidad de determinación y no abandonan.

2.2.1.3 Modelo de Jahoda

El concepto de salud mental positiva tiene su más claro antecedente en el trabajo de María Jahoda (1958), aunque el enfoque se centra en la salud mental individuo, asume la necesidad de tener en cuenta aspectos de salud física y

aspectos sociales, aunque su aproximación no haga desarrollos específicos en este sentido. En este modelo expone una serie de criterios (más racionales y teóricos que derivados de investigaciones empíricas) que podrían hacer caracterizar un estado de salud mental positiva. Estos criterios serían aplicables tanto a pacientes con trastornos mentales como personas sanas, lo que este modelo intenta dar respuesta a la pregunta crítica de cuáles son los componentes de la salud mental positiva, en el cual, Jahoda son seis criterios fundamentales y una serie de subdominios relacionados (citado en Vázquez y Hervás, 2008).

- Actitudes hacia sí mismo es donde la persona adquiere accesibilidad del yo a la conciencia, concordancia yo real- yo ideal, sentimientos hacia uno mismo (autoestima) y sentido de identidad.
- Crecimiento, desarrollo y autoactualización es una motivación general hacia la vida e implicación en la vida.
- Integración alcanza un equilibrio de las fuerzas psíquicas (equilibrio entre el ello, yo y el superyó o entre los fenómenos psíquicos conscientes, preconscientes e inconscientes), una visión integral de la vida y resistencia al estrés.
- Autonomía aprende a tener una autorregulación y conducta independiente.
- Percepción de la realidad alcanzar una percepción no distorsionada, empatía o sensibilidad social.
- Control ambiental aprende a tener una capacidad de amar, adecuación en el amor, trabajo y juego, mejora en las relaciones interpersonales, eficiencia en el manejo de demandas situacionales, capacidad de adaptación, ajuste y una eficiencia en resolución de problemas.

2.3 Rendimiento académico

Iniciar el estudio de una carrera profesional puede ser una fuente de estrés que acecha el bienestar psicológico, el cual se puede resultar comprometido en el

aprovechamiento académico, en la salud física o en la salud mental. Es necesario que quienes inician una profesión, además de estar convencidos de la carrera elegida, se encuentren mentalmente sanos para que así tengan una mayor capacidad de afrontamiento de las situaciones que se presentan a lo largo de este periodo; ello como un factor protector que el propio estudiante pondrá en práctica ante las demandas que implica estudiar una carrera (Cano, 2008). El rendimiento académico se concibe como un constructo en el que no sólo se contemplan las aptitudes y la motivación del alumno sino también otras variables intervinientes como los aspectos docentes, la relación profesor-alumno, el entorno familiar, etc. Forteza (1975) (como se citó en García, Alvarado, Jiménez, 2000) define el rendimiento académico como la productividad del sujeto, el producto final de la aplicación de su esfuerzo, matizado por sus actividades, rasgos y la percepción más o menos correcta de los cometidos asignados.

El tema de rendimiento académico o el fracaso escolar universitario hay que estudiarlo dentro de un contexto sociocultural-económico-político a la vez que familiar, personal y académico, ya que los factores que influyen en el mismo son numerosos y se encuentran interrelacionado. Frente a esta dificultad de posibles factores que determinan, de alguna manera, el rendimiento de los alumnos universitarios, los estudios realizados no profundizan, en general, en las verdaderas causas del fracaso universitario, si no que más bien analizan de forma aislada algunos de estos factores. Los alumnos de más bajo rendimiento proceden de familias numerosas y en mayor medida son primogénitos, mientras que los más pequeños parecen obtener mejores resultados. (Salvador y Varcárcel, 1989).

Según Ortega, (2006) a medida que pasa el tiempo, el rendimiento académico del estudiante se aproximará, cada vez más estrechamente, a lo que se espera. La opinión que tiene el profesor sobre la capacidad de un estudiante puede ejercer una influencia notable ya sea positiva o negativa sobre el rendimiento de éste. Cuanto mayor es el rendimiento percibido, mayor es la expectativa de éxito; una creencia que esté fuertemente arraigada es el rendimiento académico-intelectual depende de la capacidad mental innata de cada

uno; hace mucho más difícil percibir y recordar datos contradictorios con esas creencias. Cuando menos influenciable; es decir más estable sea una atribución de éxito o de fracaso como dependiente de factores identificable, mayor es el aumento de su rendimiento académico. Propone algunos apoyos para la mejora en el rendimiento académico: estrategias de adaptación centradas en el problema, eliminar los obstáculos que nos apartan del objetivo: si necesitamos gafas para leer y no las llevamos porque "nos sienta mal" estaremos quizá más guapos, pero nos dolerá la cabeza después de media hora de lectura; disminuir las actividades que compiten con la lectura.

Lo habitual es identificar rendimiento con resultados, debiendo distinguirse entre éstos dos categorías: inmediatos y diferidos. Los primeros estarían determinados por las calificaciones que obtienen los alumnos durante su carrera hasta la obtención del título correspondiente y se definen en términos de éxito/fracaso en relación a un determinado período temporal. Por otro lado, el rendimiento diferido hace referencia a su conexión con el mundo del trabajo, en términos de eficacia y productividad, se vincula, sobre todo, con criterios de calidad de la institución. Al referirse al rendimiento inmediato, precisar más y diferenciar a su vez entre dos tipos de rendimiento; por una parte, el rendimiento en sentido estricto, medido a través de la presentación a exámenes o éxito en las pruebas con calificaciones, que se traduce en unas determinadas tasas de promoción, superación de curso, repetición, la permanencia en el mismo curso más de un año y abandono, es decir alumnos que dejan de matricularse en cualquiera de los cursos de la carrera; por otra, el rendimiento en sentido amplio, medido a través del éxito o del fracaso se presenta el retraso o abandono de los estudios. Las situaciones docentes en las que, directa o indirectamente, "se ponga a prueba" la capacidad intelectual del individuo disminuyen el rendimiento académico de los que estén convencidos de que realmente es su capacidad la que saldrá a relucir. Esto produce en el alumno que confronta una situación docente, un énfasis en el "rendimiento", aquí y ahora.

Rendimiento en sentido amplio, cabe incluir la referencia al tratamiento de las actitudes de los alumnos hacia los estudios, hacia la institución. La consideración, por otra parte, de las condiciones institucionales que pueden contribuir a producir un determinado rendimiento en el alumno, nos conduce directamente a la necesidad de valorar la satisfacción de los alumnos con dichas condiciones. Queda así concretada la concepción amplia del rendimiento: calificaciones, tasas de éxito/fracaso (individuales y colectivas), actitudes y satisfacción (Tejedor y García-Valcárcel, 2007).

Una de las dimensiones más importantes en el proceso de enseñanza aprendizaje la constituye el rendimiento académico del alumno. El rendimiento académico de un estudiante universitario es la resultante de una multiplicidad de factores, que van desde los personales, los relacionados con el entorno familiar y social en el que se mueve el alumno, los dependientes de la institución y los que dependen de los docentes (Ruiz, Ruiz, Ruiz, 2010).

Según Cascón (2000), el indicador del nivel educativo adquirido, han sido, sigue y probablemente seguirán siendo, las calificaciones escolares. Sin embargo, algunos autores indicaron que la cuestión no es tan sencilla, que previamente es preciso someter el criterio de las calificaciones a un análisis científico riguroso, es decir, comprobar si éste cumple con los requisitos de fiabilidad y validez que se exige a los predictores. Es por ello que en su estudio analiza algunas propiedades psicométricas de las calificaciones escolares, con el objeto de observar si guardan la bondad psicométrica suficiente para ser utilizadas como criterio del rendimiento académico, demostrando que se justifica el uso científico de la media de las calificaciones escolares como criterio de rendimiento escolar.

Muñoz (2005), considera como indicadores la tasa de abandono, de rendimiento y de éxito, que tiene en cuenta la capacidad de cursado y desaprobación de exámenes. Para evaluar el rendimiento académico de los alumnos universitarios, hay que relacionar diferentes datos numéricos que se pueden obtener de cada alumno a lo largo de su trayectoria, como son: el número

de materias aprobadas, el tiempo que ocupó en ello, la capacidad para aprobar, las notas obtenidas, la relación entre las materias que cursa, las que ha regularizado, las que ha aprobado y si el año que cursa es el esperado teniendo en cuenta el año de ingreso.

Según Gargallo, Garfella, Sánchez, Ros y Serra, (2009) en su estudio demuestran la importancia en la relación autoconcepto que se refleja en el rendimiento académico de los universitarios. Los autores demuestran que parece lógico que sea el autoconcepto académico el que presente mayor influencia en el rendimiento académico y tiene una clara explicación: el sentirse bueno a nivel académico debe estar refrendado por resultados positivos —el autoconcepto se construye en interacción con el medio— y retroalimenta la conducta del estudiante, que se siente competente, capaz de tener éxito, trabaja para lograrlo y lo consigue. No deja de ser llamativo, por otra parte, el hecho de que además del autoconcepto académico sean el autoconcepto físico y el familiar los que presenten relación con el rendimiento, permaneciendo los otros dos tipos —el emocional y el social— ajenos a la cuestión.

Para Gómez, Oviedo y Martínez, (2011) dicen que el rendimiento académico no es el producto de una única capacidad, sino el resultado sintético de una serie de factores que actúan en, y desde, la persona que aprende. Puede afirmarse, en términos educativos, que el rendimiento académico es un resultado del aprendizaje suscitado por la actividad educativa del profesor y producido en el alumno, aunque es claro que no todo aprendizaje es producto de la acción docente. De acuerdo a otros estudios sustentados en los factores asociados al rendimiento académico, se establece que todos los alumnos llegarán a la escuela con motivación para aprender, pero no es así e incluso si tal fuera el caso, algunos alumnos aún podrían encontrar aburrida o irrelevante la actividad escolar. Así mismo, el docente en primera instancia debe considerar cómo lograr que los estudiantes participen de manera activa en el trabajo de la clase, es decir, que genere un estado de motivación para aprender.

Según, Artunduaga, (2008) el rendimiento académico es un indicador de eficacia y calidad educativa; las manifestaciones de fracaso como el bajo rendimiento académico y la deserción, expresan deficiencias en un sistema universitario. Las causas del fracaso estudiantil deben buscarse más allá del estudiante mismo. No es éste el único responsable de su fracaso, lo es también la institución educativa. Para la institución universitaria, es posible y además necesario, que asuma el diseño e implantación de dispositivos que permitan disminuir los niveles de fracaso estudiantil. En primer lugar, ha de tenerse claro, que el rendimiento académico depende no sólo de las aptitudes intelectuales, sino de una serie de factores interrelacionados, tanto internos como externos al estudiante. Está condicionado de manera significativa por las características personales del estudiante, por variables de tipo académico, pedagógico, institucional, por el entorno social, familiar y cultural, entre otros. El interés en el desempeño académico se relaciona directamente con la percepción de la importancia que tiene la educación en afectar la habilidad de los estudiantes en desenvolverse mejor en la sociedad una vez que terminan los estudios (Di, 2007).

Para Montero, Villalobos y Valverde, 2007 describen que a lo largo de los años, parece que ha ocurrido un cambio en el enfoque de estos estudios y actualmente, el énfasis se concentra en encontrar relaciones causales entre el desempeño académico y variables, que puedan ser objeto de intervenciones programáticas. Si se desea estudiar factores asociados al rendimiento académico que puedan interpretarse de acuerdo con una teoría educativa, se debe también hacer un esfuerzo por identificar y definir variables que puedan ser manipuladas, controladas o modificadas ya sea por las mismas instituciones de enseñanza, o por el sistema educativo. Por ejemplo, un resultado generalmente aceptado es que existe una asociación significativa entre el nivel socioeconómico del estudiantado y su desempeño académico. Sin embargo, a nivel de una intervención, es muy difícil concebir que una institución educativa pueda hacer algo para cambiar la primera.

2.3.1 Características del rendimiento académico

García y Palacio (1991, como se citó en Reyes, 2003) después de realizar un análisis comparativo de diversas definiciones del rendimiento académico, se puede concluir que hay un doble punto de vista, estático y dinámico, que encierran al sujeto de la educación como ser social. En general, el rendimiento académico es caracterizado del siguiente modo: a) el rendimiento en su aspecto dinámico responde al proceso de aprendizaje, como tal está ligado a la capacidad y esfuerzo del alumno; b) en su aspecto estático comprende al producto del aprendizaje generado por el estudiante y expresa una conducta de aprovechamiento; c) el rendimiento está ligado a medidas de calidad y a juicios de valoración; d) el rendimiento es un medio y no un fin en sí mismo; e) el rendimiento está relacionado a propósitos de carácter ético que incluye expectativas económicas, lo cual hace necesario un tipo de rendimiento en función al modelo social vigente.

2.3.2 Tipos de rendimiento académico

Para Santos, (2009) afirma que los centros educativos no han encontrado la forma de entenderse como ocasión de relaciones individuales entre los profesores y alumnado, si no que ellos mismos son una comunidad que viene en el seno de una sociedad de la cual recibe influjo, pero también ejerce influencias. Tales influencias han de considerarse igualmente fruto del trabajo escolar. Según Santos con esta visión amplia de los centros educativos, plantea diferentes tipos de rendimiento académico que pueden ser planteados de la siguiente manera.

Es necesario considerar un rendimiento individual, es decir aquel influjo eficaz del centro educativo en cada uno de los alumnos que a él concurren y que se manifiesta en la adquisición de conocimientos y de hábitos culturales y vitales en virtud de los cuales una persona es capaz de enjuiciarse así mismo, de enjuiciar las situaciones, hechos de la vida y de regular su propia conducta.

Dentro de este rendimiento individual, se puede considerar un rendimiento primario constituido por el influjo del centro educativo en la vida presente de los alumnos. Este rendimiento se puede considerar manifestado en el aprendizaje de las materias escolares, hábitos culturales y en la conducta del alumno mientras va al centro educativo.

Por otra parte, también dentro del influjo individual, se puede considerar un rendimiento secundario, constituido por el influjo que el centro educativo ejerce en la vida futura de sus alumnos; es decir en la capacidad que éstos tienen, una vez dejado el instituto de enseñanza de desarrollar en la vida profesional, familiar, social y resolver problemas personales que puedan encontrarse.

Esos influjos individuales, primario y secundario, que acaban de mencionarse, son influjos directos porque nacen del contacto inmediato del instituto con el alumnado. Pero, a través de los alumnos los centros educativos influyen también en las personas que conviven diariamente con el alumnado, principalmente, con los miembros de la familia de éstos. He aquí un influjo también individual, puesto que a individuos singulares, que ya ha de ser considerado indirecto, puesto que se ejerce no en virtud del contacto directo del centro educativo con tales personas, sino mediante la acción del instituto de enseñanza en sus alumnos, que estos a su vez, transfieren a las personas con quienes conviven. Desde otro punto de vista, este rendimiento indirecto se puede considerar porque se ejerce en la sociedad en que vive el centro educativo y especialmente, en el seno de la comunidad familiar.

Al lado del rendimiento individual que se acaba de mencionar, es necesario considerar el influjo que el centro educativo ejerce o está llamado a ejercer, por tratarse de una influencia proyectada no en un individuo o individuos particulares, si no en la sociedad en conjunto, este influjo es propiamente un rendimiento social del centro educativo.

También en este influjo se puede distinguir un rendimiento primario y un rendimiento secundario, según que consideremos la influencia del instituto de enseñanza en la sociedad en que vive o según se considere la influencia de la

institución de enseñanza en la sociedad futura; porque lo mismo que individualmente la educación se justifica en el perfeccionamiento de las personas para el presente y futuro, también el influjo social ha de considerarse en esta doble dimensión.

2.3.3 Dimensiones que inciden en el rendimiento académico

Una vez definido el concepto de rendimiento académico y teniendo en cuenta la revisión de estudios realizada, se pueden considerar varios aspectos que inciden en dicho rendimiento e incluyen desde lo personal y hasta lo sociocultural. Entre estos aspectos se pueden traslapar, contener unos a otros o colindarse; por esto, en el presente estudio se habla de agrupación de los diferentes aspectos en dimensiones, considerando que es una tipología que permite fronteras laxas entre las agrupaciones dado el propósito particular de una investigación.

Montes y Lerner (2012) de acuerdo a la revisión bibliográfica, demuestran cinco dimensiones: económica, familiar, académica, personal e institucional, que tienen en cuenta variables del individuo y de la institución educativa como tal.

2.3.3.1 Dimensión académica

Esta dimensión refiere al qué y al cómo del desarrollo académico del sujeto en su proceso formativo, en la secundaria y en la universidad. En este sentido, se consideran tanto variables que afectan directamente la consecución del resultado de dicho proceso, como aquellas que lo evidencian. Es recurrente que los investigadores consideren que las notas obtenidas en el examen de admisión a la universidad o en su transcurso de su carrera.

Es usual encontrar en los estudios una correlación positiva entre el aprendizaje obtenido en los niveles de educación básica y media; y los logros en educación superior, llegando a la conclusión de existir una alta probabilidad en que los mejores estudiantes universitarios son aquellos que obtuvieron en su formación

escolar buenas calificaciones, siendo la calidad de este tránsito, del colegio a la universidad un precedente positivo.

Lerner, 2006 plantea que las causas inferidas para explicar el problema (del bajo rendimiento académico) son múltiples y se relacionan, en muchos casos, con la edad en que ingresan los estudiantes a la universidad, la falta de claridad sobre su identidad profesional, sus aptitudes e intereses. Sin embargo, los jóvenes son poco conscientes de la responsabilidad que tienen en su —fracaso académico— y generalmente proyectan sus dificultades en el sistema educativo, en sus profesores, sobre todo en los de las asignaturas de matemática, áreas todas que para comprender implican: estudio, orden, rigurosidad, y un trabajo dedicado y continuo.

Si el estudiante no asume una actitud crítica frente a su método de estudio y su compromiso académico, las relaciones en el aula se ven afectadas y el fracaso reiterativo se revierte en apatía, temor y rechazo hacia el objeto de conocimiento y a quien lo detente. Asimismo, el problema permea al entorno -familia, sociedad- en un círculo vicioso que exige a las instituciones preguntarse por las fallas en los procesos pedagógicos y a invertir grandes esfuerzos en la búsqueda de soluciones, acordes a la calidad de la educación que se desea impartir.

Según Fandiño (2008), si el éxito escolar y la inteligencia que lo posibilita se transfirieran automática y directamente a los diversos asuntos y situaciones de la vida cotidiana sería de esperar que aquellos estudiantes con alto rendimiento académico fueran, con frecuencia, personas de alto rendimiento en sus diferentes campos de acción; personas en esencia líderes, críticas, creativas e innovadoras en su cotidiano vivir. No obstante, la verdad es que no muchas de las personas “exitosas” en el ámbito escolar logran ser exitosas en sus vidas laborales, sociales y personales

Para Edel, 2003 la complejidad del rendimiento académico inicia desde su conceptualización, en ocasiones se le denomina como aptitud escolar, desempeño académico o rendimiento escolar, pero generalmente las diferencias de concepto

sólo se explican por cuestiones semánticas, ya que generalmente, en los textos; la vida escolar y la experiencia docente, son utilizadas como sinónimos.

2.3.3.2 Dimensión económica

La dimensión económica se relacionan con las condiciones que tienen los estudiantes para satisfacer las necesidades que plantea el sostenerse mientras cursa su programa académico: vivienda, alimentación, vestuario, transporte, material de estudio, gastos en actividades de esparcimiento, entre otros. Si estas son favorables se espera que desarrollen sus actividades académicas con solvencia, autonomía y los resultados sean satisfactorios. De acuerdo con la revisión de la literatura, la dimensión económica no se puede desconocer las implicaciones que tiene la dimensión económica tanto para el individuo como para la Institución y se clasifican en tres factores generales: el individual, el laboral y el del hogar. El primer factor, individual, comprende variables asociadas a los ingresos o recursos económicos relacionados directamente con el estudiante y que provienen de diferentes fuentes como: auxilios o becas para estudio, mesadas o mensualidades que los padres o acudientes dan a los alumnos, pensiones por fallecimiento de los padres e ingresos laborales.

Algunos autores han contemplado el hecho de ser beneficiario de beca como variable significativa para explicar el rendimiento académico. Así consideran que la condición de becario tiene dos implicaciones directas que a su vez están relacionadas entre sí; primero, otorga mayor disponibilidad de recursos al estudiante para solventar gastos y tener una mayor tranquilidad y tiempo para dedicarse a estudiar; segundo, incentiva un mayor rendimiento académico cuando este es requisito para mantener la subvención.

Los recursos económicos requeridos para contar con una cierta autonomía y solvencia para los gastos personales, es una de las condiciones que, aunque no han sido considerada en los estudios revisados, es considerada para el presente estudio porque permite inferir las preocupaciones del estudiante becario cuando

tiene que hacerse cargo de pagar, entre otros, alimentación, materiales de estudio y transporte, asumiéndose como un adulto joven administrando su propio dinero.

Mientras que estudiantes foráneos, encargados de solventar gastos de vivienda, alimentación y vestuario, podrían ver afectado su rendimiento académico, cuando no cuentan con el apoyo familiar.

Un segundo factor a considerar es el laboral pues se considera que limita el tiempo y la capacidad --energía física e intelectual-- para dedicarse al estudio y comprometerse con el cumplimiento de responsabilidades académicas. Este efecto puede ser mayor o menor dependiendo del tipo de jornada laboral que tenga el individuo, según sea de tiempo parcial o completo. Algunas de las investigaciones rastreadas incluyen horas de trabajo del estudiante como variable explicativa de sus calificaciones.

En el tercer y último factor, está relacionado con las condiciones del hogar y su importancia radica en la posibilidad de que gran parte de ellos dependen económicamente de sus padres. Así, entre las variables asociadas se encuentra: la ocupación de los padres, los ingresos del hogar, el estrato de la vivienda, la persona que costea los gastos de matrícula y sostenimiento y el tipo de vivienda - propia o no-. Se espera así que ingresos altos estén relacionados con tener vivienda propia y en estrato alto, además, cuando los estudios son costeados por una persona diferente a los padres se infiere que estos no tienen la capacidad económica de asumir los gastos de los estudiantes.

2.3.3.3 Dimensión familiar

Se entiende esta dimensión, como el ambiente familiar donde se desarrolla y crece un individuo, el cual puede favorecer o limitar su potencial personal y social, además de tener efectos en la actitud que asume frente al estudio, la formación académica y las expectativas con proyectos de educación superior. En la familia se gestan patrones de comportamiento, valores y sistemas de relación entre sus miembros que son registrados a nivel consciente e inconsciente de tal forma que

en la dinámica familiar se puede constatar que —la actitud del niño hacia sus padres, en forma positiva o negativa, puede transferirse, asimismo, a personas sustitutas.

Para García, (2005) esta dimensión es considerada la más significativa para explicar el rendimiento académico, específicamente la variable clima familiar. Esta autora propone que a lo largo de la vida del ser humano, éste va adquiriendo una serie de habilidades que le permiten adaptarse a su medio, tanto físico como social; que en primera instancia es la familia; entre estas habilidades destacan aquellas que hacen posible interactuar con otras personas: las habilidades sociales, que son capacidades que posee el individuo para resolver sus propios problemas y los de su medio sin perjudicar a los demás. La familia es un espacio de encuentro personal, de filiación, de donación en su significado más profundo y humano, llegando a la conclusión que la familia es un encuentro con la identidad.

2.3.3.4 Dimensión personal

Los autores que involucran aspectos del ámbito de lo personal aluden a ellos como factores individuales o psicológicos del rendimiento académico. En cuanto tales aspectos pertenecen al contexto más íntimo y esencialmente subjetivo, se agruparon en la dimensión personal. Esta dimensión atraviesa las otras cuatro dimensiones en cuanto dirige el deseo, la intención y la acción --en gran parte inconscientemente-- de cada sujeto como individualidad manifestándose en su singularidad.

Tener en cuenta al individuo para realizar el análisis del rendimiento académico de los estudiantes, implica recordar que el aprendizaje se construye en la experiencia de cada ser único, irrepetible, que tiene una historia personal, tanto en su forma de escuchar, percibir e interpretar el mundo, como en sus capacidades, aptitudes y el deseo que fundamenta sus búsquedas, dentro de un entramado de vínculos tejidos con el otro y los otros □ con los cuales se relaciona en la búsqueda del saber.

2.3.3.5 Dimensión institucional

La elección de una institución educativa tiene una carga de valor excepcional, representado en un voto de confianza y en un compromiso social a realizarse entre los estudiantes y las personas encargadas de organizar y propiciar o gestionar experiencias de aprendizaje que faciliten el acceso del estudiante al conocimiento científico; tecnológico y técnico; ético y estético, que el ejercicio profesional futuro requerirá. Mirada en su proyección más amplia, la dimensión institucional (educativa) como el lugar formal preparatorio del ingreso al mundo del trabajo se constituye en un llamado de la cultura a la adultez, entendida ésta como una etapa de la vida en la cual es indispensable contar con haberes y saberes cognitivos y afectivos que posibiliten hacerse responsable de la vida y desempeñarse con solvencia y autonomía, en los diferentes ámbitos de la existencia.

Durón y Oropeza (1999) (como se citó en Izar, Ynzunza y López, 2011) mencionan la presencia de cuatro factores, los cuales son: *Factores Fisiológicos*: se sabe que afectan aunque es difícil precisar en qué medida lo hace cada uno de ellos, ya que por lo general están interactuando con otro tipo de factores, entre los que se incluyen en este grupo están: cambios hormonales por modificaciones endocrinológicas, padecer deficiencias en los órganos de los sentidos, desnutrición y problemas de peso y salud; *Factores Pedagógicos*: son aquellos aspectos que se relacionan con la calidad de la enseñanza. Entre ellos están el número de alumnos por maestro, los métodos y materiales didácticos utilizados, la motivación de los estudiantes y el tiempo dedicado por los profesores a la preparación de sus clases; *Factores Psicológicos*: entre estos se cuentan algunos desórdenes en las funciones psicológicas básicas, como son la percepción, la memoria y la conceptualización, los cuales dificultan el aprendizaje, y: *Factores Sociológicos*: son aquellos que incluyen las características familiares y socioeconómicas de los estudiantes, tales como la posición económica familiar, el nivel de escolaridad y ocupación de los padres y la calidad del ambiente que rodea al estudiante.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

En el presente capítulo se explica el procedimiento metodológico que siguió esta investigación la cual es de tipo no experimental debido a que no se manipuló ninguna variable, descriptiva pues se detallan el nivel de bienestar y de rendimiento académico, correlacional ya que se describen la relación entre estas dos variables, transeccional pues los datos que se obtuvieron se tomaron en una única ocasión y no se realizó ningún tipo de seguimiento a los participantes.

3.1 Participantes

El estudio se llevó a cabo en la universidad correspondiente al municipio de Cajeme. Se realizó una selección del tamaño representativo de los universitarios

en el programa Stat, el muestreo fue no aleatorio, se conformó por 383 estudiantes universitarios ubicados desde el primer hasta el octavo semestre, los cuales se encuentran cursando diferentes programas educativos como: Psicología 12.27%, Contaduría Pública 11.22%, Industrial y en Sistemas 10.44%, Administración 10.18%, Civil 9.39%, Administración de Empresas Turísticas 6.52%, Biotecnólogo 6.0% y el 33.68% de otros programas educativos. Siendo así 59.8% de hombres y 40.2% de mujeres; su edad oscilaba desde los 18 a los 42 años de edad y tuvieron una edad promedio de 20.73 años.

En relación al estado civil de los participantes el 94.5% es soltero, 2.6% casado y 2.9% vive en unión libre; el 94.3% no tiene hijos, 3.4% tiene un hijo, 1.8% dos hijos y 0.6% tiene más de 3 hijos, el 32.6% de los estudiantes también trabajan y un 67.4% no trabaja.

3.2 Instrumento

Para medir el bienestar psicológico se utilizó el instrumento de bienestar psicológico de Ryff en la versión adaptada por Balcázar, Loera, Gurrola, Bonilla, y Trejo (2009) que consta de 34 reactivos en escala tipo Likert con cuatro opciones de respuesta que van de 4 (totalmente de acuerdo), a 1 (totalmente en desacuerdo). La escala consta de cuatro dimensiones: Autoaceptación, en el cual la persona hace una evaluación sobre sí mismo, Relaciones Interpersonales poseer relaciones de calidad con otros, Autonomía conocer el sentido de la autodeterminación y Satisfacción con la vida creer que la vida tiene significado y un propósito. El instrumento presentó una confiabilidad .867 del coeficiente alfa de Cronbach.

3.3 Procedimiento

Primeramente se llevó la búsqueda de instrumentos adecuados a la variable del estudio y la población. Después se continuó con la aplicación dentro de la institución con los jóvenes de diferentes unidades para lo que se solicitó autorización de jefes de departamento, maestros y alumnos. Se aplicó de manera

individual y también colectiva en aulas y áreas de biblioteca, donde se les explicó el objetivo de la investigación y se solicitó su cooperación para contestar el instrumento. El tiempo utilizado por estudiantes varió entre 8 y 10 minutos.

Una vez recabada la información se procedió a la captura de la base de datos en el paquete estadístico SPSS versión 15.00 para el análisis de resultados, utilizando estadísticos descriptivos y estadísticos de correlación y comparación.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

En el presente capítulo se describen los resultados que se obtuvieron con respecto a la variable de bienestar psicológico de los alumnos, las puntuaciones generales se dividieron en tres grupos, según el puntaje: bajo (34-68), medio (69-103) y alto bienestar (103-136).

En relación a los resultados encontrados en la presente investigación se encuentra que los estudiantes en general cuentan con un alto nivel de bienestar psicológico, con una media de 109.42, el 27.2% se ubica en el nivel medio y 72.8% en alto bienestar psicológico (Ver tabla 1).

Tabla 1. Bienestar Psicológico

	Fr	%
Bienestar Psicológico Medio	104	27.2
Bienestar Psicológico Alto	279	72.8

Entorno al sexo las puntuaciones no variaron ya que la media para los estudiantes del sexo masculino es de 109.00 y para las estudiantes femeninas es de 110.05 por lo que tampoco existe diferencia significativa (Ver tabla 2).

Tabla 2. Bienestar psicológico por sexo

Sexo	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	p
Masculino	229	109.00	11.663	.771	.330
Femenino	154	110.05	11.150	.898	

A continuación se presentan los resultados obtenidos por cada dimensión que compone el instrumento. La primera dimensión corresponde a la Autoaceptación, en donde el .5% se ubica en un moderado grado de autoaceptación, 22.7% posee aceptación media y el 76.8% posee un alto grado de aceptación lo que indica la aprobación de sus características personales, autovaloración y aceptación de sí mismo, confianza en sus opiniones y creencias, así como la satisfacción con la manera en que ha realizado las cosas (Ver Tabla 3).

Tabla 3. Autoaceptación

	Fr	%
Autoaceptación Baja	2	5
Autoaceptación Media	87	22.7
Autoaceptación Alta	294	76.8

En la dimensión de Relaciones Interpersonales, un 2.1% se ubica con un bajo nivel es decir estos alumnos se perciben solos debido a que tienden a considerar que poseen pocas amistades para compartir y ser escuchados, así mismo pueden considerar que otras personas poseen más amigos que ellos, un 46.2 % se ubica en un nivel medio y el 51.7% posee la sensación de que cuenta con compañías satisfactorias que le aportan a su persona y que pueden confiar en sus amigos y viceversa (ver tabla 4).

Tabla 4. Relaciones interpersonales

	Fr	%
Relaciones interpersonales Bajo	8	2.1
Relaciones interpersonales Medio	177	46.2
Relaciones interpersonales Alto	198	51.7

En relación a la dimensión de Autonomía, que hace referencia a la evaluación externa de la persona, es decir a cómo otras personas pueden evaluar las elecciones y decisiones que la persona hace de su vida y a la preocupación acerca de lo que la gente piensa acerca de él mismo, el 7.6% de los estudiantes se ubica en un nivel bajo, 50.7% en medio y el 41.8% cuenta con un alto grado de autonomía (ver tabla 5).

Tabla 5. Autonomía

	Fr	%
Autonomía Baja	29	7.6
Autonomía Media	194	50.7
Autonomía Alta	160	41.8

En la dimensión de satisfacción con la Vida el 1.8% de los estudiantes muestra un nivel bajo, el 38.6% un nivel medio y el 60.6% una alta satisfacción con la vida, siendo así que la mayoría de los estudiantes consideran a la vida

como un proceso continuo de estudio y de crecimiento, y que si en algún momento no se sienten felices con alguna situación actuarán para modificarla (ver tabla 6).

Tabla 6. Satisfacción con la Vida

	Fr	%
Satisfacción con la vida Bajo	3	.8
Satisfacción con la vida Medio	148	38.6
Satisfacción con la vida Alto	232	60.6

En relación a la pregunta acerca de si se considera un estudiante exitoso, el 85.4% de los alumnos se consideran estudiantes exitosos y un 14.6% no se considera de esa manera (ver tabla 7).

Tabla 7. Me considero un estudiante exitoso.

	Fr	%
Totalmente en desacuerdo	4	1.0
En desacuerdo	52	13.6
De acuerdo	178	46.5
Totalmente de acuerdo	149	38.9
Total	383	100.0

En relación al reactivo que hace mención a considerarse como una persona feliz, el 94.6% se considera una persona feliz y el 5.5% no se considera como tal (ver tabla 8).

Tabla 8. Me considero una persona feliz. .

	Fr	%
Totalmente en desacuerdo	2	.5
En desacuerdo	19	5.0
De acuerdo	109	28.5
Totalmente de acuerdo	253	66.1
Total	383	100.0

En relación a la variable rendimiento académico, los participantes poseen un promedio general de 8.59, la media de número de materias reprobadas es de 3.90 y 20.82 la de materias aprobadas. El rendimiento académico de los estudiantes se agrupó en tres: bajo considerando en este grupo a los alumnos con promedio de 7 a 7.9 (14.9%), medio de 8 a 8.9 (46.0%) y alto con puntajes que van de 9 a 10 (30.0%), un 9.1% de los estudiantes aún no contaba con promedio (ver tabla 9).

Tabla 9. Grupos de Rendimiento Académico

	Fr	%
Bajo	57	14.9
Medio	176	46.0
Alto	115	30.0
Total	348	90.9
No contestó	35	9.1
Total	383	100.0

Al establecer las relaciones entre las variables no se encontró relación estadísticamente significativa entre la escala total de bienestar psicológico y el Rendimiento académico de los alumnos, no obstante existe relación significativa entre el rendimiento y las dimensiones de: autoaceptación, y satisfacción con la vida por lo que se concluye a mayor valor y aceptación de sí mismo como la satisfacción que experimenta la persona con la forma como hasta ahora ha hecho las cosas, la seguridad que posee, confianza en sus propias opiniones y su importancia de tener nuevas experiencias que desafíen a la persona sobre sí mismo mayor rendimiento académico en los estudiantes. También se encontró relación de algunas dimensiones con el número de materias aprobadas (ver tabla 10).

Tabla 10. Matriz de correlaciones

	Prome dio	Materi as aproba das	Escala total	Autoace p	Relac interp	Aut	Satis
Promedio	1.000						
Materias aprobadas	.376(**))	1.000					
Escala total	.091	.191(**))	1.000				
Autoacepta ción	.146(**))	.191(**))	.865(**)	1.000			
Relaciones Interperson ales	.027	.160(**))		.515(**)	1.000		
Autonomía	-.038	.033	.685(**)	.405(**)	.464(**)	1.000	
Satisfacción	.113(*)	.188(**))	.656(**)	.496(**)	.414(**)	.289(*)	1.000

** Correlación significativa al 0.01

* Correlación significativa al 0.05

Cabe mencionar que se observa también una correlación significativa y positiva entre las dimensiones del instrumento de Bienestar Psicológico (Autoaceptación, Relaciones interpersonales, Autonomía y Satisfacción con la vida), lo que demuestra la consistencia interna de la escala.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

Después de analizar los resultados se concluye que la mayoría de los estudiantes presentan un nivel alto bienestar psicológico, lo cual indica que los alumnos están satisfechos con su trayecto de vida, estableciendo de forma plena su autonomía, sus relaciones interpersonales y autoaceptación, lo encontrado coincide con los resultados obtenidos por Rivera, Figueroa, Funes, Calix, Paguada, Sosa, Escobar, Galo y Murillo (s.f.) ya que en su investigación comprueban que los estudiantes poseen también un nivel de bienestar psicológico alto,. Por el contrario se difiere de los resultados obtenidos por Pérez, Ponce, Hernández y Márquez (2010) donde se muestra un nivel medio de bienestar psicológico en los estudiantes, además de mencionar que la aplicación fue a alumnos de nuevo ingreso a la universidad.

En la presente investigación no se encontró diferencia significativa en el bienestar psicológico por género, sin embargo las mujeres presentan una puntuación mayor en bienestar psicológico, que los hombres; lo cual coincide con los resultados presentado en 2011 por Robles, Sánchez y Galicia, ya que no obtuvieron diferencias estadísticamente significativas en el promedio del bienestar psicológico en función del sexo, sin embargo indican que las mujeres tenían mayor presencia en el nivel muy alto y alto; mientras en los hombres se observa mayor presencia en el nivel alto y medio, así mismo mencionan que el rendimiento académico se ve mejor reflejado en las mujeres que hombres; Así mismo Meza (2011) menciona que las mujeres se encuentran con medias superiores en bienestar psicológico global, así como en las dimensiones de satisfacción y compromiso del modelo de inversión, así como en dominio ambiental, relaciones positivas con otros. Por otra parte se difiere de los resultados de las investigaciones de Salotti (2006) y González, Montoya, Casullo y Bernabeu (2002) donde son los hombres los que obtuvieron puntuaciones más altas.

Entorno a los resultados de las correlaciones entre las variables Bienestar psicológico y Rendimiento Académico, no se encontró relación estadísticamente significativa, lo cual concuerda con los resultados de Rivera, Figueroa, Funes, Calix, Paguada, Sosa, Escobar, Galo y Murillo (s.f.) donde los autores concluyen que el rendimiento académico no se ve causado ni relacionado con el bienestar psicológico; y difiere de lo encontrado en las investigaciones de Velásquez, Montgomery, Montero, Pomaloya, Dioses, Velásquez, Araki y Reynoso (2008) y Chávez (2006) donde se encontró una relación positiva, entre las variables analizadas.

Algunas otras investigaciones como la de Robles, Sanchez y Galicia (2011) y Ferragut y Fierro (2012) demuestra relación significativa entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico, sin embargo en estas investigaciones los participantes son de educación básica, por lo que se podría inferir que la relación

entre ambas variables es más fuerte en los niveles de educación básica, que en la educación superior.

De acuerdo a los resultados de las preguntas que si se consideran una persona exitosa se puede observar que la mayor parte está satisfecho como ha llevado su rendimiento académico mostrándose seguro que ha realizado actividades para ser exitoso. Otra pregunta se muestra que los alumnos se consideran felices de acuerdo a todo lo que engloba su desarrollo académico, familiar y personal, demostrando solo una pequeña parte el cual no se ve feliz. Es necesario determinar en ambos casos cual es la definición o el concepto que ellos tienen en ser una persona exitosa y feliz; es decir puede ser una persona con un bajo rendimiento y ser feliz o viceversa.

Es importante proponer para próximas investigaciones estudiar el bienestar psicológico en relación con el rendimiento académico, con el objeto de determinar la posible influencia sobre el uso de habilidades de estudio, que podrían ser estrategias de aprendizaje. Asimismo, se sugiere aplicar los instrumentos en otro momento de la instrucción primordialmente durante el curso del semestre, cuando las demandas de los estudios se presentan y los estudiantes conozcan su carrera y las tareas y presiones a las que estarán sometidos durante su estancia universitaria. Lo importante de esta investigación es que los alumnos ya se demostró que tienen bienestar psicológico alto, es decir que ellos pueden realizar actividades con actitud positiva; es necesario que se relacione con otra variable el rendimiento académico para conocer los motivos que ellos no pueden llegar a un rendimiento de éxito. Finalmente se sugiere estudiar la correlación entre bienestar psicológico y otra variable durante el semestre contrastándolo con rendimiento académico o satisfacción en lo aprendido y hacerlo la comparación entre diferentes carreras.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acuña, S. y Bruschi, M. (2013). Relación entre síndrome de burnout, bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento. Universidad Nacional del Mar de Plata, Buenos Aires, Argentina. En red, recuperado el día 20 de Julio del 2013 de: <http://rpsico.mdp.edu.ar/jspui/bitstream/123456789/441/3/079.pdf>
- Álvarez, R. M. (2007). Bienestar subjetivo y sus correlatos de personalidad en estudiantes universitarios de Brasil. Tesis de licenciatura no publicada. Universidad de Sonora, Hermosillo México. En red, recuperado el día 10 de Marzo del 2013 de: <http://www.ciad.mx/archivos/desarrollo/publicaciones/Tesis%20asesoradas/Licenciatura/40.pdf>
- Arcila, H. (2011). Medición de niveles de bienestar subjetivo o felicidad, de una muestra a convivencia, de los afiliados al programa para salud psicofísica. Tesis de licenciatura. Universidad de Antioquia. Medellín. Recuperado de: http://avido.udea.edu.co/autoevaluacion/documentos/bienestar/prosa_investigacion_felicidad.pdf
- Artunduaga, M. (2008). Variables que influyen en el rendimiento académico en la universidad. Universidad Complutense de Madrid, España. Páginas: 1-17. En red, recuperado el día 4 de Julio del 2013 de: <http://www.esc.geologia.efn.uncor.edu/wp-content/uploads/2013/05/variables-en-el-rendimiento-acadmico-universitario.pdf>
- Balcázar, P.; Loera, N.; Gurrola, G.; Bonilla, M. y Trejo, L. (2009). Adaptación de la escala de bienestar psicológico de Ryff en adolescentes preuniversitarios. Universidad Autónoma del Estado de México. *Revista Científica Electrónica*

de *Psicología*. No.7 En red, recuperado el día 16 de Febrero del 2013 de:
<http://dgsa.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/psicologia/article/view/115>

Beguet, B.; Cortada, N.; Castro, A. y Renault, G. (2001). Factores que intervienen en el rendimiento académico de los estudiantes de psicología y psicopedagogía. *Revista Científica de la Dirección de Evaluación y Acreditación de la Secretaría General de la Universidad del Salvador*. 1(1). En red, recuperado el día 3 de Febrero del 2013 de:
<http://www.salvador.edu.ar/uc4-pub-01-1-1-04.htm>

Beverley, S. (2008). *Well-being, in search of a good life?* Great Britain: Distributed for Policy Press at the University of Bristol. En red, recuperado el 13 de Mayo del 2013 de:
http://books.google.com.mx/books?id=SNCKDRDxelcC&printsec=frontcover&dq=well-being&hl=es&sa=X&ei=ceAcUoPnFOfdigLXIYGIBg&redir_esc=y#v=onepage&q=well-being&f=false

Britos, M. y Estigarribia, R. (2010). Bienestar psicológico de estudiantes universitarios en relación al tiempo de uso de las tics. *Eureka*, 7(1) 129-143. En red, recuperado el 25 de Mayo del 2013 de:
<http://www.psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-7-1-10-13.pdf>

Cano, M. (2008). Motivación y Elección de Carrera. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*, 5(13) 6-9. Recuperado el de:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s166575272008000100003

Carr, A. (2007). *Psicología Positiva*. Barcelona: Paidós

Cascón, I. (2000). Análisis de calificaciones escolares como criterio de rendimiento académico. Colegio Público Juan García Pérez, España. Recuperado de:

<http://campus.usal.es/~inico/investigacion/jornadas/jornada2/comun/c17.htm>
I

Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*.6 43- 72 Buenos Aires, Argentina. Recuperado de:
http://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/1258587233.pdf

Castro, A.; Consentino, A.; Omar, A.; Tarragona, M. y Tonon, G. (2010) Fundamentos de psicología positiva. Argentina: Paidós

Casullo, M. (2008).Prácticas en psicología positiva. España: Lugar Editorial

Chávez, A. (2006).Bienestar psicológico y su Influencia en el Rendimiento Académico de Estudiantes de Nivel Medio Superior. Tesis de Maestría, Universidad de Colima Facultad de Psicología, Colima, México. Recuperado de:
[http://digeset.ucol.mx/tesis_posgrado/busquedaindice2.php?db=BASE&padre=indice&letraT=B&search=B/\(202\)&search2=&search3=&search4=&search5=&search6=&Desde=6&Cantidad=5el](http://digeset.ucol.mx/tesis_posgrado/busquedaindice2.php?db=BASE&padre=indice&letraT=B&search=B/(202)&search2=&search3=&search4=&search5=&search6=&Desde=6&Cantidad=5el)

Coppari, N.; Argaña, B.; Bartels, D.; Bilbao, A.; Bittar, L.; Díaz, A.;Díaz, L.; Garay, F.; Gómez, J.; Paiva, V. y Paredes, L. (2012). Nivel de bienestar psicológico de estudiantes de secundarias de dos instituciones educativas (pública y privada) de asunción. *Revista Eureka*. 9(1) 47-57. Recuperado de:
<http://www.psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-9-1-12-12.pdf>

Corral, V. (2012). Sustentabilidad y psicología positiva. Una visión optimista de las conductas proambientales y prosociales. México: Manual Moderno

Coronel, C. (s.f.). Bienestar psicológico. Consideraciones teóricas. Recuperado de:
http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:bXYf-1UZwpMJ:www.psicologia.unt.edu.ar/index.php%3Foption%3Dcom_docman%26task%3Ddoc_download%26gid%3D319%26Itemid%3D248+&cd=1&hl=es&ct=clnk

Di, L. (2007). Rendimiento académico universitario. Universidad Nacional de la Plata, Buenos Aires, Argentina. Páginas: 1-33. Recuperado de:
<http://www.aaep.org.ar/anales/works/works2007/digresia.pdf>

Díaz, D.; Rodríguez-Carvajal, R.; Blanco, A.; Moreno-Jiménez, B.; Gallardo, I.; Valle, C. y Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff.. *Psicothema*, 18(3) 572-577. Recuperado el de: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3255>

Diccionario de la lengua española. (2001). Edición electrónica Versión 22. España. En red, recuperado el día 4 de Abril del 2013 de:
<http://lema.rae.es/drae/?val=bienestar>

Diener, E. (1994). El bienestar subjetivo. *Intervención Psicosocial*. 3(8) 67-113. Recuperado de: www.psychosocial-intervention.org/&lang=en&secc=actual&articulo=50051

Diener, E., Suh, E., Lucas, R. y Smith H. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*. 125(2), 276-302.

Diener, E.; Lucas, R.; Schimmack, U. y Helliwell, J. (2009) Well-being for public policy. Oxford: Oxford University Press. Recuperado de:
http://books.google.com.mx/books?id=k3c9VDD6IPQC&printsec=frontcover&dq=well-being&hl=es&sa=X&ei=ceAcUoPnFOfdigLXIYGIBg&redir_esc=y#v=onepage&q=well-being&f=false

- Diener, E. (2009). *The science of well-being: the collected works of Ed Diener*. Springer: New York. Recuperado de: http://books.google.com.mx/books?id=5oXTMd1IVgcC&printsec=frontcover&dq=The+science+of+wellBeing&hl=es&sa=X&ei=hHEpUbSmF8zliwLd_YHoBQ&ved=0CDUQ6AEwAQ#v=onepage&q=The%20science%20of%20well-Being&f=false
- Edel, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55110208>
- Edel, R. (2003). Factores asociados al rendimiento académico. *Revista Iberoamericana de Educación*. Recuperado de: <http://www.rieoei.org/investigacion1.htm>
- Escobar, H. (2006). *Saber, sujeto y sociedad: una década de investigación en psicología*. Bogotá: Editorial Pontificia Universidad Javeriana. Recuperado de: http://books.google.com.mx/books?id=DkrV9IGW82UC&pg=PA111&dq=bienestar+psicologico&hl=es&sa=X&ei=3x8XUrHmK6a-igKg2IGwAg&redir_esc=y#v=onepage&q=bienestar%20psicologico&f=false
- Fandiño, Y. (2008). Una enseñanza e investigación inteligentes de la inteligencia para el éxito escolar y el éxito en la vida cotidiana. *Revista Iberoamericana de Educación*. 46 1-11. Recuperado de: <http://www.rieoei.org/2127.htm>
- Félix, L. (2008). *Motivar para el aprendizaje desde la actividad orientadora*. España: Ministeria de Educación y ciencia. Recuperado de: <http://books.google.com.mx/books?id=0M6emnDA55IC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- Ferragut, M. y Fierro, A. (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 44(3), 95-104. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4128485.pdf%E2%80%8E>

- Fierro, A. (2001). Reseña sobre la vida feliz. *Psicothema*, (3) 530-531. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/727/72713317.pdf>
- Fredickson, B. (2009). *Vida Positiva. Como superar las emociones negativas y prosperar*. Colombia: Norma.
- Rojas, M. (2011). El bienestar subjetivo: su contribución a la apreciación y la consecución del progreso y bienestar humano. Realidad, datos y espacio. *Revista Internacional de Estadística y Geografía*. 2. 64 – 79 Recuperado de: http://www.inegi.org.mx/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/integracion/especiales/revista-inter/RevistaDigital2/Doctos/RDE_02.pdf
- Garaigordobil, M., Aliri, J. y Fontaneda, I. (2009). Bienestar psicológico subjetivo: diferencias de sexo relaciones con dimensiones de personalidad y variables predictoras. *Psicología Conductual*. 17(3), páginas 543-559. Recuperado de: http://www.sc.ehu.es/ptwgalam/art_completo/2009/PC%20bienestar%202009.pdf
- Garbanzo, G. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Educación* 31(1) 44- 63. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44031103>
- García, C. (2005). Habilidades sociales, clima social y familiar rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Liberabit*, 11(11). Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2750694>
- García, M.; Alvarado, J. y Jiménez, A. (2000). La predicción del rendimiento académico: regresión lineal versus regresión logística. *Psicothema*, 12, 248-252. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=558>

- García-Viniegras, C. y González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana*. 16(6) 586-592. Recuperado de: http://bvs.sld.cu/revistas/mgi/vol16_6_00/mgi10600.pdf
- García-Viniegras, C. (2005). El bienestar psicológico: dimensión subjetiva de la calidad de vida.. *Revista Electrónica de Psicología* 8 (2). Recuperado de: <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol8num2/art1vol8no2.pdf>
- Garduño, L.; Salinas, B. y Rojas, M. (2005). Calidad de vida y bienestar subjetivo en México. Ed. Plaza y Valdés. Recuperado de: <http://books.google.com.mx/books?id=j16GlakxXpgC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- Gargallo, B.; Garfella, P.; Sánchez, F.; Ros, C. y Serra, B. (2009). La influencia del autoconcepto en el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Española de orientación y Psicopedagogía* 20(1) 16-28. Recuperado de: <http://www.doredin.mec.es/documentos/00820093005298.pdf>
- Gómez, D.; Oviedo, R. y Martínez, E. (2011). Factores que influyen en el rendimiento académico del estudiante universitario. *Educación y Humanidades*, , 5 (2) 90-97. Recuperado de: http://tecnociencia.uach.mx/numeros/v5n2/data/Factores_que_influyen_en_el_rendimiento_academico_del_estudiante_universitario.pdf
- González, G.; López, R. y Parra, M. (2007). ¿Éxito o fracaso académico en la universidad de sonora?. *Comie*, sujetos de la educación, IX Congreso Nacional de Investigación Educativa, Yucatán. Recuperado de: <http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v09/aplicacion/sec02.htm>

González, R.; Montoya, I., Casullo, M. y Bernabeu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema* 14(2) 363-668. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=733>

González, M. y Tourón, J. (1992). Autoconcepto y rendimiento escolar. Sus implicaciones en la motivación y en la autorregulación del aprendizaje. España: Eunsa. Recuperado de: <http://dspace.si.unav.es/dspace/bitstream/10171/21388/1/AUTOCONCEPTO%20Y%20RENDIMIENTO%20ESCOLAR.pdf>

Izar, J.; Ynzunza, C. y López, H. (2011). Factores que afectan el desempeño académico de los estudiantes de nivel superior en Rioverde, San Luis Potosí, México. *Revista de Investigación Educativa* 12. Recuperado de: <http://www.uv.mx/cpue/num12/opinion/completos/izar-desempeno%20academico.html>

Izquierdo, C. (1999). *Cómo mejorar el rendimiento intelectual. Guía para maestros y padres*. México: Trillas

Lawton, M. (1983). The varieties of well-being. *Experimental Aging Research: An International Journal Devoted to the Scientific Study of the Aging Process*.. 9, 65-72. Recuperado de: <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/03610738308258427>

Lerner, J. (2006). Análisis interminable de vértices y discursos. Universidad EAFIT, Colombia, 42(143). Rrecuperado de: <http://publicaciones.eafit.edu.co/index.php/revista-universidad-eafit/article/view/791>

Martin, M. (2002). El bienestar subjetivo. *Escritos de psicología* No.6 páginas 18 – 39. Málaga. Recuperado de:

http://www.uma.es/psicologia/docs/eudemon/analisis/el_bienestar_subjetivo.pdf

Márquez, S. y Garatachea, N. (2012). Actividad física y bienestar subjetivo. Madrid: Díaz de Santos. En red, recuperado el día 4 de Febrero del 2013 de: http://books.google.com.mx/books?id=IBYwHrIbmgAC&pg=PA75&dq=bienestar+psicologico&hl=es&sa=X&ei=3x8XUrHmK6a-igKg2IGwAg&redir_esc=y#v=onepage&q=bienestar%20psicologico&f=false

Mercado, S. (2002) Bienestar subjetivo: un estudio diagnóstico del aspecto emocional y satisfacción de vida de vida de los docentes de tiempo parcial de la división de ciencias sociales y humanidades del Instituto Tecnológico de Sonora. Tesis de maestría. Instituto Tecnológico de Sonora, Obregón, Sonora.

Meza, S. (2011). Bienestar psicológico y nivel de inversión en la relación de pareja en estudiantes universitarios de lima metropolitana. Tesis de Licenciatura publicada, Pontifica Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperada <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/1181>

Millán, A. y D'Aubeterre, M. (2011). Validación de la escala de bienestar psicológico en una muestra multiocupacional venezolana. *Revista CES Psicología*. 4(1) 52-71. Recuperado de: http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?method=showDetail&id_articulo=72724&id_seccion=4144&id_ejemplar=7261&id_revista=252

Montero, E.; Villalobos, J. y Valverde, A. (2007). Factores institucionales, pedagógicos, psicosociales y sociodemográficos asociados al rendimiento académico en la universidad de costa rica: un análisis multinivel. *Relieve, Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa*, 13(2), 215-234. Recuperado de: http://www.uv.es/RELIEVE/v13n2/RELIEVEv13n2_5.htm

- Montes, I. y Lerner, J. (2012). Rendimiento académico de los estudiantes de pregrado de la Universidad EAFIT, en Colombia, No. 91. Recuperado de: <http://publicaciones.eafit.edu.co/index.php/cuadernos-investigacion/article/view/1254>
- Muñoz, S. (2005). Indicadores de rendimiento académico del alumnado de la universidad de la laguna. Gabinete de Análisis y Planificación. Universidad de la Laguna. , Recuperado de: <http://comeval.webs.ull.es/comeval/formacion/jornadas18abril05/PONENCIA SJORNADAS/JornadasSoledadMunoz.pdf>
- Núñez, J.; González-Piende, J.; García, M.; González-Pumariega, S.; Roces, C.; Álvarez, L. y González, M. (1998). Estrategias del aprendizaje, autoconcepto y rendimiento académico. *Psicothema*, 10(1) 97-109. Recuperado de: <http://156.35.33.98/reunido/index.php/PST/article/viewFile/7450/7314>
- Núñez, J. (2009). Motivación, aprendizaje y rendimiento. Universidad de Oviedo, Actas do X Congreso Internacional Gallego-portugués de Psicopedagogía, Braga. 41- 67 Recuperado de: <http://www.educacion.udc.es/grupos/gipdae/documentos/congreso/xcongreso/pdfs/cc/cc3.pdf>
- Oramas, A.; Santana, S. y Vergara, A. (2006). El bienestar psicológico un indicador positivo de la salud mental. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*. 7, 34-39. Recuperado de: http://bvs.sld.cu/revistas/rst/vol7_1-2_06/rst06106.html
- Ortega, J. (2006) Bajo rendimiento escolar: bases emocionales de su origen y vías afectivas para su tratamiento. España: Incipit. Recuperado de: <http://books.google.com.mx/books?id=QtHgK5uhG3oC&printsec=frontcover>

&dq=rendimiento+academico&hl=es&sa=X&ei=8x8XUo3CKsKDiwLn6IDwD
g&redir_esc=y#v=onepage&q=rendimiento%20academico&f=false

Papalia, D.; Wendkos, S. y Duskin, R. (2005). *Desarrollo Humano*. México: Mc Graw- Hill

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. *Revista de Educación y Desarrollo*, 14, 31-37. Recuperado de: http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/14/014_Perez.pdf

Pizarro, R.; Crespo, N. (2000). Inteligencia múltiples y aprendizajes escolares. Recuperado DE: <http://www.uniacc.cl/talon/anteriores/talonaquiles5/tal5-1.htm>

Polo, A., Hernández, J. y Poza, C. (1996). Evaluación del estrés académico en los estudiantes universitarios. 2(2) 159-174. Recuperado de: http://www.unileon.es/estudiantes/atencion_universitario/articulo.pdf

Reyes, Y. (2003). Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en estudiantes del primer año de psicología de la UNMSM. Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de: http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/Tesis/Salud/Reyes_T_Y/T_completo.pdf

Rivera, A.; Figueroa, G.; Funes, M.; Calix, T.; Paguada, L.; Sosa, E.; Escobar, C.; Galo, G. y Murillo, K. (s.f.). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios de las facultades de ingeniería y

- ciencias económicas UNAH (TEGUCIGALPA). *Revista de Investigación en Psicología*. Recuperado de: <http://cuadernosestudiantiles-revista.blogspot.mx/2013/05/bienestar-psicologico-asertividad-y.html>
- Robles, F.; Sánchez, A. y Galicia, I. (2011). Relación del Bienestar psicológico, depresión y rendimiento académico en estudiantes de secundaria. *Psicología Iberoamericana*. 19(2), 27- 37. Recuperado el 20 de Agosto del 2013 de: http://www.uia.mx/psicologiaiberoamericana/pdf/Psicologia_Iberoamericana_19-2.pdf
- Ruiz, G.; Ruiz, J. y Ruíz, E. (2010). Indicador global de rendimiento. *Revista iberoamericana de Educación*. 4(52), 1- 11. Recuperado de: <http://www.rieoei.org/deloslectores/3258Ruiz.pdf>
- Ryff, C. (1989). Happiness is Everything, or Is It? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081. Recuperado de: <http://es.scribd.com/doc/35667978/Happiness-is-Everything-Or-is-It-Explorations-on-the-Meaning-of-Psychological-Well-Being>
- Ryff, C. & Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 69, 719-727. Recuperado de: <http://www.liberalarts.wabash.edu/ryff-scales/>
- Ryff, C. (2013). Eudaimonic well-being and health: mapping consequences of self-realization. In A. S. Waterman, The best within us: positive psychology perspectives on eudaimonia. *American Psychological Association*, 77-98, Recuperado de: <http://aging.wisc.edu/pdfs/3226.pdf>

- Salanova, M.; Martínez, I.; Bresó, E.; Llorens, S. y Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales de psicología*, 5, (1) 170-180. Recuperado de: http://www.um.es/analesps/v21/v21_1/16-21_1.pdf
- Salotti, P. (2006). Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos aires. Universidad de Belgrano, Buenos Aires. Tesis de Licenciatura. Recuperado de: http://www.ub.edu.ar/investigaciones/tesinas/207_salotti.pdf
- Salvador, L. y Varcárcel, A. (1989). El rendimiento académico en la universidad de cantabria: abandono y retraso en los estudios. Madrid: *Centro de publicaciones de Ministerio de Educación y Ciencia*. Recuperado de: http://books.google.com.mx/books?id=zzyK5JaHyGIC&pg=PA20&dq=rendimiento+academico&hl=es&sa=X&ei=8x8XUo3CKsKDiwLn6IDwDg&redir_esc=y#v=onepage&q=rendimiento%20academico&f=false
- Santos, A. (2009). El rendimiento académico. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, Granada, 24, 1 -9. Recuperado de: http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_24/ANTONIO_SANTOS_1.pdf
- Satorres E. (2013). Bienestar psicológico en la vejez y su relación con la capacidad funcional y la satisfacción vital. Tesis doctoral. Universidad de Valencia, Valencia. Recuperado de: <http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/26298/envejecimiento%20y%20bienestar.pdf?sequence=1>
- Seligman, M. (2006). *La auténtica felicidad*. España: Byblos
- Seligman, M. (2011). *Flourish: a visionary new understanding of happiness and well-being*. Nueva York: Free Press. Recuperado de: <http://books.google.com.mx/books?id=ng7RJW->

udoQC&printsec=frontcover&dq=flourish&hl=es&sa=X&ei=luAcUsPBLuqbiALEzYCoDQ&redir_esc=y#v=onepage&q=flourish&f=false

Tapia, A.; Tarragona, M.; González, M. (2012). *Psicología positiva*. México: Trillas

Tejedor, F. y García-Valcárcel, A. (2007). Causas del bajo rendimiento del estudiante universitario (en opinión de los profesores y alumnos) Propuestas de mejora en el marco de EEES. *Revista de Educación*, 342, 443-473. Recuperado el día 4 de Julio del 2013 de: http://www.revistaeducacion.mec.es/re342/re342_21.pdf

Vázquez, C. y Hervás, G. (2008). *Psicología positiva aplicada*. España: Desclée de Brouwer

Vázquez, C.; Hervás, G.; Rahona, J. y Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*. 5 15-28. Recuperado de: http://www.ucm.es/info/psisalud/carmelo/PUBLICACIONES_pdf/APCS_5_esp_15-28.pdf

Vázquez, C. y Hervás, G. (2009). *La ciencia de bienestar. Fundamentos de una psicología positiva*. España: Alianza Editorial

Veenhoven, R. (1991). "Is Happiness Relative?". *Social Indicators Research*, 24: 1-34. Recuperado de: <http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/Pub1990s/91a-full.pdf>

Veenhoven, R. (1995). Developments in Satisfaction Research. *Social Indicators Research*, 37, 1-46. Recuperado de: <http://repub.eur.nl/res/pub/16306/BF01078689.pdf>

- Velásquez, C.; Montgomery, W.; Montero, V.; Pomalaya, R.; Dioses, A.; Velásquez, N.; Araki, R. y Reynoso, D. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos. *Revista IIPSSI* 11(2), 139- 152. Recuperado de: http://ateneo.unmsm.edu.pe/ateneo/bitstream/123456789/1593/1/revista_de_investigacion_en_psicologia07v11n2_2008.pdf
- Vielma, J. (2010). El bienestar psicológico subjetivo en estudiantes universitarios: la evaluación sistemática del *fluir* en la vida cotidiana. Tesis Doctoral, Universidad de los Andes, Facultad de Humanidades y Educación, Mérida. Recuperado de: http://www.human.ula.ve/doctoradoeneducacion/documentos/tesis_vielma.pdf
- Villaseñor-Ponce, M. (2010). Correlación entre ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes que ingresan a la universidad. *Revista Mexicana de Psicología Educativa (RMPE)*. 1(1), 41-48. Recuperado de: http://www.psicol.unam.mx/silviamacotella/Pdfs/RMPE_V1N1_A5.pdf