



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y
TECNOLOGÍAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**El bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de educación
inicial de la universidad Nacional de Chimborazo**

**Trabajo de Titulación para optar al título de Licenciado/a en
Psicología Educativa**

Autor:

Fonseca Ronquillo Brayan Andrés

Tutor:

Dra. Luz Elisa Moreno Arrieta, PhD

Riobamba, Ecuador. 2025

DECLARATORIA DE AUTORÍA

Yo, **BRAYAN ANDRÉS FONSECA RONQUILLO** con cédula de ciudadanía **1721174504**, autor del trabajo de investigación titulado: **EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mí exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, 12 de diciembre de 2025.

A handwritten signature in purple ink that reads "Brayan Fonseca". The signature is fluid and cursive, with the first letter 'B' being particularly large and stylized.

Brayan Andrés Fonseca Ronquillo

CI: 1721174504

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

Quien suscribe, **DRA. LUZ ELISA MORENO ARRIETA, PHD** catedrático adscrito a la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías por medio del presente documento certifico haber asesorado y revisado el desarrollo del trabajo de investigación **EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**, bajo la autoría de **BRAYAN ANDRÉS FONSECA RONQUILLO**; por lo que se autoriza ejecutar los trámites legales para su sustentación.

Es todo cuanto informar en honor a la verdad; en Riobamba, a los 11 días del mes de diciembre del 2025.



Dra. Luz Elisa Moreno Arrieta, PhD

- C.I:1721174504

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación **EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO** por **BRAYAN ANDRÉS FONSECA RONQUILLO**, con cédula de identidad número **1721174504**, bajo la tutoría de **PHD. LUZ ELISA MORENO ARRIETA** certificamos que recomendamos la **APROBACIÓN** de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 12 de diciembre de 2025.

Mgs. Juan Carlos Marcillo C.
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL DE GRADO



Dr. Patricio Marcelo Guzman Yucta
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO



Dr. Vicente Ramón Ureña Torres
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO



PHD. Luz Elisa Moreno Arrieta,
TUTOR(A)





CERTIFICACIÓN

Que, **FONSECA RONQUILLO BRAYAN ANDRES** con CC: **1721174504** estudiante de la Carrera **PSICOLOGÍA EDUCATIVA (NO VIGENTE)**, Facultad de **CIENCIAS DE LA EDUCACION HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado **"EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO"**, cumple con el 10 %, de acuerdo al reporte del sistema Compilatio Magister, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 09 de diciembre de 2025


Dra. Luz Elisa Moreno Arrieta, PhD
TUTOR(A)

DEDICATORIA

A Dios, por darme la vida, la sabiduría y la fortaleza necesarias para llegar hasta aquí. A Él encomiendo cada logro, con gratitud en el corazón.

Dedico esta tesis con todo mi amor a mi madre Alexandra y a mis hermanas Karina y Gabriela, por ser mi base, mi fuerza y mi motivación constante. Gracias por su apoyo incondicional, por creer en mí en cada paso del camino y por enseñarme el valor del esfuerzo y la perseverancia.

A mis amigos, quienes con su compañía, palabras de aliento y momentos compartidos hicieron este proceso más llevadero. Su presencia fue fundamental para mantener el ánimo y continuar, incluso en los días más difíciles.

ANDRES FONSECA

AGRADECIMIENTO

Agradezco profundamente a la Universidad Nacional de Chimborazo y a la Facultad de Ciencias de la Educación por brindarme los conocimientos y las herramientas necesarias para completar mi formación personal.

Expreso mi sincero reconocimiento a mi tutora de tesis, Dra. Luz Elisa Moreno Arrieta, PhD., por su paciencia, orientación y valiosos aportes durante el desarrollo de este trabajo investigativo.

Extiendo mi agradecimiento a mis docentes, por su dedicación y compromiso, al Dr. Miguel Bermudez por ser crucial para mi desempeño personal y a mis amigas Lic. Tania Auqui y Lic. Guadalupe Hernández, por su acompañamiento y colaboración constante.

Finalmente, a Don Alfredo Salas, por su ayuda constante, a la Ing. María José Falconí por su comprensión y aliento incondicional que me motivaron a culminar con éxito esta etapa tan importante de mi vida.

A todos quienes contribuyeron directa o indirectamente a que este sueño se haga realidad, ¡gracias infinitas!

ÍNDICE GENERAL

DECLARATORIA DE AUTORÍA

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

CERTIFICADO ANTIPLAGIO

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

ÍNDICE DE GRÁFICOS

RESUMEN

ABSTRACT

CAPÍTULO I..... 13

INTRODUCCIÓN..... 13

1.1. Antecedentes 17

1.2. Problema 19

1.3. Justificación 21

1.4. Objetivos 23

1.4.1. Objetivo General 23

1.4.2. Objetivos Específicos..... 23

CAPÍTULO II..... 24

MARCO TEÓRICO..... 24

2.1. Bienestar psicológico 24

2.1.1. Conseptualización del bienestar psicológico 24

2.1.2. Dimensiones del bienestar psicológico 26

2.1.2.1. Autoaceptación..... 26

2.1.2.2. Relaciones positivas 27

2.1.2.3. Autonomía..... 28

2.1.2.4. Dominio del entorno 28

2.1.2.5. Propósito en la vida..... 29

2.1.3. Crecimiento personal según Martin Seligman 31

2.1.3.1. Psicología positiva según Seligman 31

2.1.3.2. Modelo PERMA 32

2.1.3.3.	Fortalezas del carácter y virtudes humanas	32
2.1.3.4.	Factores que influyen en bienestar psicológico en estudiantes universitarios	33
2.1.3.5.	Bienestar psicológico en contextos educativos	33
CAPÍTULO III.		35
METODOLOGÍA.....		35
3.1.	Enfoque de la investigación	35
3.1.1.	Cuantitativo	35
3.2.	Diseño de la investigación	35
3.2.1.	No experimental.....	35
3.3.	Tipo de investigación	35
3.3.1.	Por el nivel o alcance	35
3.3.1.1.	Descriptiva	36
3.3.2.	Por el objetivo	36
3.3.2.1.	Básica	36
3.3.3.	Por el lugar	36
3.3.3.1.	De campo	36
3.3.4.	Tipo de estudio.....	36
3.3.4.1.	Transversal	36
3.4.	Unidad de análisis	36
3.4.1.	Población de estudio	36
3.4.2.	Muestra.....	36
3.5.	Técnicas e instrumentos para la recolección de datos.....	37
3.6.	Procedimiento para la recolección de datos	38
CAPÍTULO IV.....		39
RESULTADOS Y DISCUSIÓN		39
4.1.	Análisis e interpretación de resultados.....	39
4.2.	Subescala de bienestar psicológico subjetivo	40
CAPÍTULO V.		47
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		47
5.1.	Conclusiones	47
5.2.	Recomendaciones.....	48
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS		49
ANEXOS.....		55

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Descripción de las técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	37
Tabla 2. Resultados generales de la Escala de Bienestar de la dimensión Material....	378
Tabla 3. Descripción de las técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	379

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Resultados generales de la Escala de Bienestar de la dimensión Subjetivo.	40
Gráfico 2. Resultados generales de la Escala de Bienestar de la dimensión Material...	42
Gráfico 3. Resultados generales de la Escala de Bienestar Psicológico Total (Objetivo General)	43

RESUMEN

Un nivel adecuado de bienestar psicológico constituye un factor esencial para la salud mental, ya que contribuye a la disminución del estrés, la ansiedad y la depresión, favoreciendo el aprendizaje y el desempeño académico de los estudiantes universitarios. La presente investigación, titulada *El bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo*, tuvo como objetivo identificar los niveles de bienestar psicológico en los estudiantes de dicha carrera. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de tipo descriptivo y de corte transversal, centrado en la observación de la realidad educativa en un período determinado. La muestra estuvo conformada por 142 estudiantes correspondientes al primer, segundo y tercer semestre de la carrera de Educación Inicial, quienes constituyeron los beneficiarios directos de la investigación. Como técnica de recolección de datos se empleó una prueba psicométrica, utilizando como instrumento la Escala de Bienestar Psicológico de José Cánovas, compuesta por dos subescalas: Bienestar Subjetivo (ítems 1 al 30) y Bienestar Material (ítems 31 al 40). Este instrumento permitió obtener información objetiva y confiable sobre las percepciones emocionales y materiales de los participantes. Los resultados evidenciaron el estado general del bienestar psicológico de los estudiantes y mostraron una tendencia claramente descendente en el bienestar subjetivo a lo largo de los semestres analizados, registrándose un nivel alto en primer semestre, medio en segundo semestre y bajo en tercer semestre. Estos hallazgos resaltan la necesidad de implementar estrategias institucionales orientadas al fortalecimiento del bienestar psicológico durante la formación universitaria.

Palabras clave: Bienestar psicológico, estudiantes universitarios, Educación Inicial.

ABSTRACT

An adequate level of psychological well-being constitutes an essential factor for mental health, as it contributes to the reduction of stress, anxiety, and depression, while promoting learning and academic performance among university students. The present research, entitled *Psychological Well-Being in Students of the Early Childhood Education Program at the National University of Chimborazo*, aimed to identify the levels of psychological well-being among students enrolled in this program. The study was conducted under a quantitative approach, with a non-experimental, descriptive, and cross-sectional design, focused on observing the educational reality within a specific period of time. The sample consisted of 142 students from the first, second, and third semesters of the Early Childhood Education program, who constituted the direct beneficiaries of the research. A psychometric test was used to collect the data, using the Psychological Well-Being Scale developed by José Cánovas as the instrument. This scale includes two subscales: Subjective Well-Being (items 1–30) and Material Well-Being (items 31–40). The instrument allowed the researchers to obtain clear and reliable information about the participants' emotional and material perceptions. The results showed the overall state of students' psychological well-being and revealed a clear downward trend in subjective well-being across the semesters analyzed. A high level was observed in the first semester, a medium level in the second semester, and a low level in the third semester. These findings highlight the need to implement institutional strategies aimed at strengthening psychological well-being during university education.

Keywords: Psychological well-being, Students, Early Childhood Education



EDISON DAMIAN ESCUDERO
DAMIAN ESCUDERO

Reviewed by:
MsC. Edison Damian Escudero
ENGLISH PROFESSOR
C.C.0601890593

CAPÍTULO I.

INTRODUCCIÓN

Los estudiantes universitarios serán los líderes profesionales y ciudadanos que tomarán decisiones importantes en el futuro, influenciando el rumbo de la sociedad, considerando la innovación y el progreso, la educación universitaria fomenta la investigación, la creatividad y la innovación, lo que puede llevar a soluciones para problemas globales y mejoras en la calidad de vida Rueda, H. (2020).

La educación universitaria puede promover la conciencia social, la empatía y la responsabilidad lo que puede llevar a un cambio positivo en a la sociedad, aplicando sus conocimientos y habilidades para mejorar la calidad de vida de la sociedad, así como también contribuir al crecimiento económico y al desarrollo sostenible del país, así lo propone (Vygotsky, 1978, pag.56). “El aprendizaje es un proceso social y colaborativo que se produce a través de la interacción con otros”.

El bienestar psicológico es una parte importante de la vida de cualquier persona, dada la importancia para su formación integral gracias a los aspectos cognitivos, sociales y emocionales que actúan directamente en la calidad de vida. Al ser un componente esencial especialmente en los estudiantes universitarios, quienes enfrentan cambios, responsabilidades y retos constantes.

Durante la etapa universitaria, su importancia se vuelve más significativa, puesto que la adaptación a un entorno con múltiples dificultades asociadas al proceso de adaptación en el contexto académico, no solo se aprende conocimientos académicos, sino también se forman valores, habilidades y actitudes que marcarán la vida personal y profesional de cada estudiante.

Recientemente, ha aumentado de forma considerable el interés por el enfoque en la investigación del bienestar psicológico en estudiantes universitarios, como un indicador clave a tener en cuenta el desempeño académico y la salud mental. Para la (OMS, 2022). Concibe la salud mental como un estado positivo en el individuo, como un estado de bienestar integral para que el individuo potencialice sus capacidades.

Para que los estudiantes afronten sus presiones manejando adecuadamente el estrés del diario vivir, así como también desempeñarse de forma eficaz en su trabajo y contribuir activamente en la comunidad, se deben considerar varios aspectos a tener en cuenta, en el caso de las estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo fortalecer el equilibrio psicológico implica un proceso de crecimiento

Que a su vez puede afectar dependiendo de los recursos externos e internos con los que cada estudiante puede contar, su formación implica una gran responsabilidad, ya que en el futuro serán quienes acompañen el desarrollo de los niños en sus primeros

años de vida. Por eso, es importante que estos futuros docentes también cuenten con un adecuado bienestar psicológico, que les permita sentirse bien consigo mismos, manejar sus emociones y tener relaciones positivas con los demás.

Desde esta perspectiva, la evaluación del bienestar psicológico en entornos educativos permite detectar las necesidades latentes o aquellas no evidentes, guiar las acciones psicoeducativas así como orientar estrategias de apoyo y fomentar espacios propicios que impulsen el crecimiento integral de los estudiantes.

En áreas como Educación Inicial, centrada en la formación de profesionales quienes acompañarán el crecimiento temprano en los niños en calidad de actores principales en las primeras fases del desarrollo infantil, resulta esencial para que los futuros docentes mantengan un bienestar psicológico saludable Smith S. (2020).

La calidad de enseñanza que ofrecerán los futuros profesionales influye directamente en el desarrollo académico, así como la calidad, habilidades como la estabilidad personal, el desarrollo de la empatía, una motivación alta, la autorregulación emocional son de vital importancia y considerándose vitales para el ejercicio docente, todos estos aspectos están estrechamente ligados al estado de bienestar psicológico.

El propósito de esta investigación es analizar el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo, mediante la aplicación de la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) desarrollada por José Cánovas, fundamentada por el modelo teórico de Carol Ryff.

Este instrumento evalúa dos dimensiones esenciales: el bienestar subjetivo los cuales incluye aspectos como las relaciones interpersonales positivas, la auto aceptación y el sentido de propósito vital; y el bienestar material, el cual se refiere a las condiciones socioeconómicas del estudiante, considerando aspectos como el acceso a recursos básicos, el respaldo económico y la percepción general de su calidad de vida.

La carrera de Educación Inicial en la Universidad Nacional de Chimborazo educa a quienes ejercerán profesionalmente y serán responsables de guiar los procesos de aprendizaje y desarrollo de los niños en las primeras etapas, esto implica no solo una formación más sólida a través de los años, sino también un equilibrio estable del aspecto emocional y psicológico.

Quienes se preparan para ejercer esta hermosa profesión que es la enseñanza, deben disponer de recursos personales y herramientas que sean suficientes para afrontar sus propios desafíos que en la vida se van presentando, a la vez brindar un acompañamiento afectivo pedagógico adecuado a los niños.

Esta investigación se realizó con 142 estudiantes de la cuales 141 son mujeres y 1 es un hombre, de la carrera de Educación Inicial, a quienes se les aplicó la Escala de bienestar Psicológico elaborada por José Sánchez Cánovas en 1988. El objetivo

principal fue conocer cómo se encuentran emocionalmente las estudiantes, y qué tan desarrolladas tienen áreas como la autoconcepción, la autonomía o el sentido de la vida.

El estudio busca aportar información útil para que las autoridades, docentes y estudiantes comprendan la importancia de cuidar no solo el rendimiento académico, sino también la salud emocional, simultáneamente promover el bienestar psicológico en las aulas universitarias es un paso fundamental para formar personas más completas, que estén preparadas tanto para su profesión como para su vida personal.

Por esta razón, resulta imprescindible conocer en las etapas de desarrollo el nivel de bienestar psicológico de estos futuros profesionales para que de esta manera proponer estrategias metodológicas probadas institucionales que ayuden a fortalecer su salud mental y su formación integral.

La investigación se fundamentó en un enfoque cuantitativo, caracterizado por el análisis objetivo, sistemático y estructurado de los datos. Este enfoque permitió cuantificar con precisión la variable planteada, favoreciendo la identificación e tendencias y patrones en la información obtenida. Además, posibilitó el reconocimiento de correlaciones para mayor entendimiento del fenómeno.

La elección de un enfoque cuantitativo se justifica en función del objetivo principal de esta investigación, es examinar datos de naturaleza numérica, obtenidos mediante la aplicación de un instrumento previamente validado por expertos y a su vez estandarizado. Este enfoque concede la oportunidad de recolectar información sistemática y objetiva, posibilitando la evaluación precisa de las variables estudiadas, permitiendo así una observación objetiva de los fenómenos.

En cuanto al diseño metodológico, por su naturaleza transversal del diseño implica que la recolección de los datos se lleva a cabo en un único punto temporal, lo cual brinda la posibilidad de capturar una visión instantánea de la situación actual del bienestar psicológico de la muestra del estudio.

Se afirma que el bienestar psicológico influye directamente en el desarrollo de la resiliencia, favoreciendo la realización personal y un mayor nivel de salud tanto mental como física. Asimismo, contribuye a generar efectos positivos en la salud general y en la prevención de trastornos psicológicos y enfermedades Ortiz, H. (2022).

De acuerdo con Ryff. C, (1989) plantea que el bienestar psicológico va más allá de la mera presencia sostenida de emociones positivas, ya que se trata de un concepto más complejo y profundo. Además, sostiene que este bienestar puede variar significativamente dependiendo de factores como la edad, el género y el contexto cultural.

Como primer paso para identificar los niveles de bienestar psicológico general en los estudiantes es conocer el estado actual desde una visión integral que incluye

factores emocionales, motivacionales y sociales. Además, se considera necesario establecer el nivel de bienestar psicológico material, que se entiende como el apoyo, las condiciones de vida y los recursos económicos que son necesarios para sostener su proceso formativo.

Actualmente en el Ecuador las dificultades financieras son cada vez presentes en la vida de la población, la falta de acceso a recursos adecuados, el escaso respaldo familiar son factores determinantes en el equilibrio psicológico de los estudiantes, especialmente en carreras donde se exige un nivel de compromiso emocional alto es el caso de la Educación Inicial.

Finalmente, la investigación busca comparar los niveles de bienestar psicológico entre los estudiantes de primer, segundo y tercer semestre, con el fin de observar posibles diferencias que tengan relación con la etapa de ingreso a la universidad y a la adaptación al entorno académico.

La comparación nos permite acceder a factores asociados que impacten de forma significativa en el bienestar, lo cual puede orientar futuras acciones institucionales dirigidas al fortalecimiento emocional de los estudiantes así como también al acompañamiento desde el inicio de los ciclos formativos.

Para la recopilación de datos se utilizó como instrumento la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) elaborada por José Cánovas, esta está basada en el modelo teórico de Carol Ryff, la cual tiene gran influencia en el ámbito de la psicología positiva. Esta escala fue diseñada con el propósito de valorar o evaluar las diferentes dimensiones del bienestar psicológico en poblaciones juveniles y universitarias.

La versión utilizada en esta investigación está compuesta por 40 ítems en total distribuidos en dos subescalas: Bienestar subjetivo que abarca los 30 primeros ítems y Bienestar material, que contiene los 10 ítems restantes. Las respuestas se asientan a través de una escala tipo Likert que da puntuación de cinco puntos, en las cuales 1 corresponde “nunca” y 5 a “siempre”, de esta manera dando oportunidad a cuantificar la frecuencia.

El instrumento ha demostrado a través del tiempo tener un alto grado de confiabilidad y validez para las investigaciones en contextos académicos lo cual lo convierte en una herramienta muy útil para diagnosticar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes universitarios.

La aplicación del instrumento se realizará de forma directa y presencial, en el aula, con previa autorización, cargo y consentimiento de los profesores docentes y el consentimiento informado los participantes. Antes de iniciar, se explicará el objetivo del estudio y se garantizará la confidencialidad de las respuestas. La escala se aplicará de forma individual y colectiva en un tiempo estimado de 15 a 20 minutos donde cada participante responda con calma y sin presión externa.

1.1. Antecedentes

Las fortalezas, las emociones positivas y varios elementos del ser humano han sido objeto de estudio a través de las últimas décadas para definir con mayor precisión cómo éstas interactúan con el bienestar psicológico, aportando de esta manera la psicología positiva un amplio marco de debate en la comunidad científica del mundo, desde la filosofía, la psicología clínica y la salud presentan sus diferentes hipótesis.

A nivel internacional, un estudio realizado en España, en la Universidad Complutense de Madrid titulado “Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva”, del cual su objetivo fue replantear el concepto de salud positiva, basándose en una visión más completa del bienestar que considere tanto los aspectos emocionales placenteros que define como “Hedónico”.

Como los relacionados con el sentido de la vida y el crecimiento personal, a este último los define como “Eudaimónicos” también incluir en la investigación psicológica nuevas analizar el papel que tienen las emociones y pensamientos positivos en el desarrollo y ,mantenimiento del bienestar físico y mental.

Así mismo en esta presente investigación, se amplía la definición de cambio terapéutico y recuperación, considerando no solo la reducción de síntomas, sino también una mejora más general en la calidad de vida y el bienestar de la persona (Vázquez 2009).Emociones y pensamientos que antes no se tomaban en cuenta, pero que son relevantes para el diseño de intervenciones psicológicas eficaces, en esta investigación también se busca

En Ecuador, se llevó a cabo una investigación por Moreta A. (2018). Acerca de “La satisfacción con la vida, bienestar psicológico y social como predictores de la salud mental en ecuatorianos” se efectuó en dos universidades de Cuenca y Ambato en el que participaron 982 estudiantes, en que le se demostró en el siguiente estudio una relación más fuerte entre la salud mental y factores como la satisfacción con la vida, el bienestar social y especialmente, el bienestar psicológico.

Estos resultados coinciden con los hallazgos de investigaciones previas, como las de (Fergusson, 2015). y (Singer, 2013). Quienes también encontraron vínculos significativos entre la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico.

Los resultados de las investigaciones resultaron ser novedosos y relevantes, aunque deben interpretarse con cautela. A demás, se ha encontrado que la situación económica también se asocia con el bienestar y la salud, lo que sugiere que podría actuar como una variable intermedia que influye en estos aspectos.

En contraste, se ha observado que los factores vinculados con la percepción individual del bienestar, como la satisfacción con la vida, el bienestar psicológico y el bienestar social tienden a ser mejores indicadores de la salud mental que otros aspectos más extremos, tales como la situación económica o el entorno contextual.

Aunque estos últimos contribuyen a una comprensión más amplia de cómo se relacionan ciertos factores como la salud mental, diversos estudios han resaltado que el esfuerzo cognitivo, o la manera en que las personas reflexionan sobre su propia salud mental, constituye un predictor aún más significativo.

Fernando T.(2022). De igual modo en los estudiantes de Segundo de BGU de la Unidad Educativa “Riobamba” se identificaron varias dimensiones del bienestar psicológico. La más destacada fue el propósito de vida, con 54 estudiantes siendo este el 36% lo que indica que muchos tienen metas claras y un sentido de dirección en sus vidas.

En segundo lugar, está el auto concepto con 51 estudiantes siendo el 34% que muestran una actitud positiva hacia sí mismos, aceptando tanto sus aspectos buenos como los no tan buenos y valorando sus experiencias. En términos generales, los hallazgos indican que, aunque muchos jóvenes se perciben a sí mismos en proceso de crecimiento y con potencial, todavía hay aspectos que requieren ser fortalecidos.

Particularmente en los relacionado con el establecimiento de relaciones saludables y la habilidad para tomar decisiones e manera autónoma. Considerando el contexto educativo y social actual, investigaciones de este tipo resultan fundamentalmente para brindar apoyo a los adolescentes en su desarrollo emocional y personal, sobre todo durante una etapa tan crucial como lo es la adolescencia.

En México en el año 2011 se realizó un estudio llamado “Relación del Bienestar Psicológico, Depresión y Rendimiento académico en Estudiantes de Secundaria” en el que se observó que muchas de las alumnas cuando los adolescentes permanecen en un grado escolar que no corresponde con su edad, suelen enfrentar más experiencias de fracaso y frustración.

Además, ciertos factores individuales hacen que las mujeres sean más vulnerables ante el fracaso escolar, lo que puede aumentar el riesgo de desarrollo de síntomas depresivos. Por otro lado, se encontró que el rendimiento académico medido a través de calificaciones la cual guarda una relación significativa con distintas dimensiones del bienestar psicológico tanto en hombres como en mujeres, en general cuanto mayor es el bienestar psicológico, mejor es el rendimiento académico Ojeda (2011).

. Quintana (2016). Para finalizar, una investigación realizada con personas mayores en la región de Magallanes, Chile, tuvo como propósito examinar la forma en

que este grupo etario percibe su bienestar. Los resultados indicaron que, en términos generales, los adultos mayores reportaron una percepción positiva de su bienestar.

Asimismo, se analizó la relación entre diversas características personales y sociales como la edad, el estado civil, el sexo y cuanto participan en organizaciones y su influencia en dicha percepción. Uno de los hallazgos más relevantes fue la asociación entre la edad y la percepción del crecimiento personal, observándose que a mayor edad menor es dicha percepción.

No obstante, pese a que muchos participantes señalaron presentar múltiples enfermedades, su valoración general del bienestar se mantuvo positiva. Este hallazgo respalda la afirmación de diversos autores, quienes sostienen que el bienestar psicológico desempeña un papel fundamental en un envejecimiento saludable.

Estos resultados refuerzan la importancia de fomentar la participación social activa en la vejez, ya que no solo mejora la calidad de vida, sino que también puede actuar como un factor protector frente a problemas emocionales. Así, este tipo de estudios aporta información valiosa para el diseño de políticas públicas y programas enfocados en el bienestar de las personas mayores, destacando el valor de la integración social y el aprendizaje continuo en esta etapa de la vida.

1.2. Problema

A nivel internacional se han desarrollado múltiples investigaciones en las cuales coinciden en que el bienestar psicológico es un factor determinante en la formación de los estudiantes universitarios, este influye de forma directa en aspectos sociales, en el desarrollo de las habilidades personales, y sobre todo en el académico.

Por Ejemplo, un estudio realizado con estudiantes de Psicología Clínica en México evidenció que existe una correlación positiva entre la autoestima y el bienestar psicológico: las personas que reportaron un mayor nivel de bienestar tuvieron una tendencia a presentar una autoestima elevada.

De la misma forma, las diferencias significativas según el sexo, donde las puntuaciones más altas se encontraban en el grupo de los hombres en comparación con las mujeres. Estos resultados son un gran indicador de la importancia de impulsar programas que promuevan la salud mental y fortalezcan tanto la autoestima como el bienestar psicológico, considerando de esta manera que aún existe un sector de la población estudiantil que manifiesta niveles bajos en ambas dimensiones Changoluisa F. (2022).

En el contexto ecuatoriano, los resultados de la investigación pusieron en evidencia que existe una relación directa entre la resiliencia y el bienestar psicológico, de modo que a mayor resiliencia, las personas tienden a mostrar que, dentro de la

población estudiada se presentaron diferentes niveles en las cuales se presencias muy bajos y los muy altos fueron los más frecuentes.

El 32% de las personas que participaron en la investigación presentaron un nivel bajo en resiliencia, la cual se caracteriza por la falta de confianza en sí mismos, la escasa auto aceptación y baja constancia, mientras que el 31.1% alcanzó un nivel alto, la cual refleja que tuvieron una mayor capacidad para enfrentar y superar dificultades de manera autónoma.

Respecto al bienestar psicológico, el 56.6% de la muestra alcanzó un nivel alto, seguido de un 26.2% en nivel elevado, lo que demuestra que la mayoría de los que participaron en la investigación presentan características como el crecimiento personal, a aceptación de sí mismos, las relaciones positivas, la autonomía y dominio del entorno. El análisis evidenció que la circunstancia de vivir compartiendo o en soledad no determinó grandes diferencias significativas en los niveles de resiliencia de los estudiantes.

A pesar de ello se recomienda fortalecer esta capacidad en la población estudiantil, independientemente de sus condiciones de convivencia. En conclusión, los autores admiten ciertas limitaciones en su investigación, entre ellas el tamaño reducido de la muestra y la aplicación de un muestreo por conveniencia, aspectos que podrían restringir la posibilidad de generalizar los resultados obtenidos. Vizhñay M. (2024).

En la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo se ha observado que no todos los estudiantes presentan interés o motivación hacia el trabajo con niños pequeños. Algunos manifiestan incomodidad o desagrado al momento de realizar prácticas o actividades relacionadas con el cuidado y enseñanza de los niños, la cual afecta directamente a su formación profesional.

Además, se ha identificado que en ciertos casos no existe un respaldo o comprensión por parte del entorno familiar, lo que dificulta aún más el proceso educativo y emocional de los estudiantes. A esto se suma la falta de vocación en algunos de ellos, quienes eligieron la carrera por recomendación de terceros o por falta de otras opciones, y no por un verdadero interés en la enseñanza infantil.

Esta situación puede influir negativamente en el bienestar psicológico de los estudiantes, ya que enfrentan frustración, ansiedad o desmotivación al no sentirse identificados con su futura profesión. Por lo tanto, es importante analizar cómo las condiciones afectan la estabilidad emocional y su desarrollo académico, así como buscar estrategias que promuevan un mayor compromiso y satisfacción personal con la carrera elegida.

La orientación vocacional es un proceso que ayuda a las personas a elegir y prepararse para una profesión, así como a formarse y crecer dentro de ella. En el caso de la vocación profesional, este ha estado influido por los cambios sociales, ya que ser maestro implica sumir responsabilidades importantes en lo que respecta a la calidad educativa Donald S. (2008).

El desarrollo del interés por una carrera puede fomentarse desde las materias que se imparten, siempre que estas se enfoquen en la formación profesional, integrando métodos y herramientas que se relacionen con el trabajo que el estudiante realizará en el futuro.

En este sentido, las prácticas pre profesionales en centros infantiles juegan un papel clave, ya que permiten al estudiante acercarse a su realidad laboral. A través del contacto directo con los niños, se genera una experiencia concreta que puede despertar emociones positivas hacia la labor pedagógica, fortaleciendo así su interés y compromiso con la carrera. Valladares B. (2018).

Cuando las estudiantes sienten verdadera vocación por enseñar y trabajar con niños, viven la práctica como una experiencia enriquecedora que fortalece su identidad profesional. La motivación también se ve influida por el acompañamiento y la retroalimentación que reciben los docentes, tutores y compañeros. El apoyo constante ayuda a que las estudiantes se sientan seguras, valoradas y comprendidas, lo cual es esencial para su estabilidad emocional.

Por el contrario, la falta de orientación o una actitud indiferente por parte de los formadores puede generar inseguridad, ansiedad y desmotivación. Pero si enfrentan presión, falta de comprensión o rechazo hacia su elección profesional, esto puede debilitar su bienestar psicológico, reduciendo su confianza y afectando su rendimiento. Gómez P. (2022).

1.3. Justificación

El bienestar psicológico es un componente esencial en la formación de los futuros docentes, especialmente en la carrera de Educación Inicial, donde el contacto directo con los niños y las altas demandas emocionales que requieren una buena salud mental. Este bienestar influye en la motivación, la vocación, el compromiso profesional y la forma en que los estudiantes enfrentan su proceso formativo Ryff C. (1989).

En el contexto universitario, muchos estudiantes ingresan a la carrera sin una verdadera vocación o sin claridad sobre su elección profesional, lo que puede generar desmotivación, ansiedad o frustración. Además, la falta de apoyo familiar o social puede afectar la forma en que enfrentan sus prácticas pedagógicas y su desempeño académico González (2017).

Estas condiciones pueden repercutir negativamente en su bienestar psicológico, afectando no solo su formación profesional y personal, sino también la calidad de la educación que ofrecerán en el futuro. Por ello, esta investigación busca determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo.

Utilizando como herramienta la Escala de Bienestar Psicológico de Cánovas, (2006) que permite valorar aspectos como la auto aceptación, la autonomía, el propósito de la vida, y las relaciones interpersonales. Esta evaluación es clave para identificar factores de riesgo y áreas d mejora dentro del proceso formativo.

Los estudios previos han demostrado que la práctica pedagógica influye tanto en la adquisición de competencias profesionales como la construcción de la identidad docente, pero también puede ser un espacio de crisis si no existe un respaldo emocional adecuado. López G. (2021).

Es por eso que este trabajo pretende aportar a la comprensión del vínculo entre bienestar psicológico y vocación profesional, proponiendo además una reflexión sobre la necesidad de acompañamiento emocional y orientación vocacional dentro de la formación docente.

Finalmente, este estudio es pertinente y necesario, ya que sus resultados podrían servir de base para diseñar estrategias institucionales de apoyo psicológico, fortalecimiento vocacional y desarrollo personal, contribuyendo así a la formación integral de los futuros profesionales de la educación.

El bienestar psicológico constituye un eje fundamental en la formación de los futuros docentes, especialmente en la carrera de Educación Inicial, donde el trabajo con niños pequeños exige una adecuada estabilidad emocional. Mantener un buen nivel de bienestar influye directamente en la motivación, el compromiso profesional, la vocación y la capacidad de enfrentar los retos académicos y personales que conlleva la etapa universitaria.

Si no se atiende a tiempo, la falta de claridad vocacional, el escaso apoyo familiar o social y la sobrecarga académica pueden derivar en ansiedad, frustración y desmotivación, afectando tanto el proceso formativo de los estudiantes como la calidad educativa que ofrecerán a la sociedad.

El presente estudio es factible debido a que se dispone del acceso a la población de estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo, quienes muestran disposición para participar en investigaciones académicas. Además, se cuenta con el respaldo institucional y con un instrumento validado, la Escala de Bienestar Psicológico de Cánovas (2006), que facilita la recolección de información confiable y pertinente para los objetivos planteados.

La viabilidad de la investigación está garantizada porque no requiere de grandes recursos económicos ni tecnológicos, ya que la aplicación de la escala se puede realizar en un entorno universitario con los materiales disponibles. Asimismo, el tiempo asignado al trabajo de titulación es suficiente para el desarrollo de las diferentes fases del proyecto, desde la aplicación del instrumento hasta el análisis de los resultados.

Los resultados de este estudio beneficiarán directamente a los estudiantes, al permitir identificar factores de riesgo y áreas de mejora relacionadas con su bienestar psicológico. A nivel institucional, los hallazgos podrán servir como insumo para diseñar estrategias de acompañamiento emocional, programas de fortalecimiento vocacional y acciones orientadas a mejorar la formación integral de los futuros docentes. Indirectamente.

El impacto de esta investigación se proyecta en dos dimensiones: académica y social. En el ámbito académico, contribuirá a enriquecer el conocimiento sobre el bienestar psicológico en la formación docente inicial, fortaleciendo la literatura existente y abriendo nuevas líneas de investigación. En el ámbito social, aportará elementos para mejorar la calidad educativa a través del desarrollo integral de los futuros profesionales..

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. Objetivo General

Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo evaluado a través de la Escala de Bienestar Psicológico (EBP)

1.4.2. Objetivos Específicos

- Identificar los niveles de bienestar psicológico en los estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo.
- Establecer el nivel del bienestar psicológico material de los estudiantes en relación con sus condiciones de vida, apoyo económico y recursos disponibles para su formación académica.
- Comparar los niveles de bienestar psicológico entre 1ero, 2do y 3er semestre de la carrera de Educación Inicial

CAPÍTULO II.

MARCO TEÓRICO

2.1. Bienestar psicológico

2.1.1. Conceptualización del bienestar psicológico

A pesar de que existen diferentes opiniones sobre lo que significa el bienestar psicológico subjetivo (BPS), lo cual ha dificultado que los investigadores se pongan de acuerdo completamente, esto no ha frenado el desarrollo de nuevas propuestas para estudiar el tema con mayor profundidad.

Desde esta visión, el BPS se entiende como una experiencia que se pueda aprender de forma consiente, con esfuerzo y de manera autónoma. Esta idea se basa en tres aspectos principales : sentirse bien en el presente, esforzarse por mantener ese bienestar en el futuro, y contribuir al bienestar de otras personas desde el propio equilibrio personal.

Asimismo, esta perspectiva destaca la relevancia de las relaciones que las personas establecen consigo mismas, con su entorno inmediato, con la sociedad en general e incluso, con la manera en que contribuyen al bienestar mental de la humanidad en su conjunto.

Concebir el bienestar psicológico y social desde esta visión integral permite a los investigadores abordarlo de forma más holística, lo cual facilita su descripción, análisis, evaluación y promoción como un aspecto positivo y valioso en la vida cotidiana Rangel R. (2010).

De acuerdo con una investigación de Ferrer A. (2020). existe una relación significativa y positiva entre el optimismo y el bienestar psicológico, siendo el optimismo un factor importante que puede influir directamente en el bienestar de las personas. Esta conclusión se basa en diversos estudios analizados en una revisión de literatura, los cuales sugieren que el optimismo podría actuar como un factor que predice niveles más altos de bienestar.

En un estudio sobre bienestar psicológico y síntomas emocionales, se encontró que existen diferencias importantes entre hombres y mujeres. En particular, se observó

que a mayor presencia de síntomas psicológicos negativos, menor es el nivel de bienestar psicológico, lo que indica una relación inversa entre ambos factores.

Sin embargo, al analizar las escalas utilizadas (SCL-90-R y BIEPS), no se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres, ni tampoco entre personas de distintas edades o niveles educativos. En cuanto a los motivos por los que las personas buscan ayuda psicológica, se vio que las mujeres tienden a consultar más por problemas de ánimo y relaciones interpersonales, mientras que los hombres lo hacen con mayor frecuencia por ansiedad y dificultades emocionales.(Scheinsohn W.(2006).

Los resultados en este estudio aportan información útil para entender mejor el bienestar de los docentes. Uno de los aportes más importantes fue descubrir como los maestros y maestras ven su rol dentro de la educación, lo que permitió conocer qué los motiva a enseñar y como esto se relaciona con su bienestar personal y profesional. Dentro de esa categoría, se destacaron dos temas principales: el compromiso con la enseñanza y las razones por las que eligieron ser docentes.

Tanto en escuelas públicas como privadas, los participantes coincidieron en que la educación debe ser integral, es decir, no solo enfocada en lo académico, sino también en valores, buenos ejemplos de conducta y el apoyo a desarrollo personal y futuro de los estudiantes. Estos hallazgos coinciden con otros estudios que muestran que el deseo de contribuir al crecimiento de los alumnos es una gran motivación para los docentes.

Por otro lado, algunos docentes de escuelas públicas señalaron la tradición familiar también tuvo un papel relevante, ya que crecieron en contextos donde se valoraba la labor docente y se consideraba la oportunidad de desarrollo profesional. Diversos estudios respaldan esta perspectiva, al indicar que el origen familiar influye significativamente en la decisión de ejercer la docencia.

Aunque la mayoría de las investigaciones enfatizan factores externos como determinantes en esta elección, en el caso de quienes desempeñan en instituciones públicas también se identifica como un componente histórico que, si bien ha perdido fuerza en la actualidad, continúa teniendo un impacto considerable para estos profesionales Marmolejo (2023).

El optimismo es una forma de pensar que lleva a las personas a esperar cosas buenas en el futuro. Se ha relacionado con aspectos como la perseverancia, el logro de metas, la buena salud física y el bienestar general, por lo que ha sido un tema importante dentro de la psicología educativa.

El interés por este tema surgió al notar el pesimismo tiene un papel importante en la aparición de la depresión. Desde entonces, varias investigaciones han demostrado que el optimismo no solo ayuda a predecir una mejor salud y bienestar, sino que también ayuda a sobrellevar situaciones difíciles, reduciendo el malestar en personas que enfrentan estrés o enfermedades graves. Poseck, (2006).

2.1.2. Dimensiones del bienestar psicológico

José Cánovas propone que el bienestar psicológico está formado por seis áreas importantes que ayudan a una persona a sentirse bien consigo misma y con su entorno. Estos son:

- Autoaceptación: Es la capacidad de aceptar quiénes somos, con nuestras cualidades y defectos. Implica tener una imagen positiva de uno mismo, sin juzgarse demasiado.
- Relaciones positivas: Se refiere a tener vínculos sanos y de confianza con otras personas. Las personas que disfrutan de buenas relaciones suelen sentirse apoyadas y comprendidas.
- Autonomía: Es la habilidad para tomar decisiones propias sin depender completamente de lo que los demás piensen o digan. Significa actuar de acuerdo con los valores personales.
- Dominio del entorno: Es la capacidad de adaptarse a diferentes situaciones y manejar bien lo que pasa en la vida diaria. Incluye saber organizar el tiempo, resolver problemas y sentirse competente en el entorno.
- Propósito en la vida: Significa tener metas y sentir que la vida tiene un sentido. Las personas que encuentran un propósito suelen sentirse más motivadas y satisfechas.
- Crecimiento personal: Es el deseo de seguir aprendiendo. Mejorando y desarrollándose como persona a lo largo del tiempo. (Cánovas, 2006)

2.1.2.1. Autoaceptación

En una investigación se analizaron los efectos de dos programas distintos para ayudar a mejorar la auto aceptación y la percepción del cuerpo en niños de 10 a 12 años. Uno de los programas se enfocaba directamente en fortalecer la auto aceptación y el otro utilizaba técnicas cognitivas para trabajar sobre la imagen corporal.

El estudio se basó en prevenir problemas como los trastornos alimenticios, partiendo de la idea de que sentirse bien con el propio cuerpo es importante, para evitar estas dificultades. Se trabajó con un grupo de 120 participantes, hombres y mujeres. Los

datos mostraron que el programa cognitivo fue más efectivo para mejorar la imagen corporal de los niños, manteniendo resultados positivos incluso al tener en cuenta factores como la edad y el sexo Anuel (2012).

La autoaceptación es una de las ideas más importantes dentro del bienestar psicológico, y fue estudiada de forma más profunda por Carol Ryff desde finales de los años 80. Según su modelo, esta dimensión representa una parte clave de la salud mental y del crecimiento personal.

En palabras simples, la autoconcepción consiste en tener una actitud positiva hacia uno mismo, reconociendo tanto las fortalezas como las debilidades, valorando las experiencias del pasado sin juzgarse duramente. Creó escalas para medir este aspecto del bienestar psicológico en personas adultas, especialmente clase media alta en Estados Unidos. Sin embargo, se ha visto que para aplicarlo a otras poblaciones, como adolescentes o jóvenes de diferentes culturas Ryff C.(1989).

2.1.2.2. Relaciones positivas

Desde el enfoque de la psicología positiva, se considera que tener relaciones sanas y satisfactorias ayuda a mejorar la salud mental y bienestar. Este tipo de acciones en las personas no solo las hace sentir bien sino que también en gran parte influyen en cómo se perciben a sí mismos y de aquellos que lo rodean.

En cierto estudio se descubrió que en el adolescente que se preocupaban por demás y demostraban esta habilidad social, especialmente en los momentos difíciles, había una tendencia que tener relaciones positivas más fuertes. Se concluyó que los jóvenes al practicar estas conductas, se sienten más acompañados por los demás.

Para que la personalidad se forme es recomendable desarrollar estas habilidades para que de esta forma enfrentar el estrés de manera saludable, concatenando esta información se encontró que al no desarrollar estas habilidades sociales hay una tendencia al retraimiento lo que refuerza la idea de que al expresarse sin agresiones y sin miedos durante la etapa de la adolescencia promueven las emociones positivas y da sentido a la vida Lacunza (2016).

En un estudio que buscaba la promoción de las relaciones positivas para el alumnado, el desarrollo positivo de las emociones tenía mucho que ver con el ambiente, la participación en la escuela y las relaciones sociales, para ello también propusieron implementarse programas de “Desarrollo positivo”.

Cuyo objetivo era apoyar la permanencia de los estudiantes dentro de la institución, la investigación también muestra que es de vital importancia que los adolescentes adquieran habilidades que les permitan enfrentar el paso hacia la adultez con éxito y para ello es importante y clave planificar, aplicar y evaluar los programas,

como conclusion al estudio se sugiere hacer un seguimiento para cumplir los objetivos una vez termine el tiempo del programa. Muñoz, (2022).

2.1.2.3. Autonomía

Muchos estudios se han realizado en personas de diferentes etapas de la vida y siempre existen diferentes puntos de vista, cuando hablamos de autonomía en la mujeres se demuestra que hay una tendencia a que sean más rígidas y exigentes. Esto incluye una mayor desconfianza profesional, más preocupación por la adaptación de los niños y una preferencia por lo práctico más que por la reflexión Herrán (2022).

Para Álvarez, (2015). el grado de autonomía que una persona posee va a depender de diferentes factores tanto intrínsecos como extrínsecos, siendo el tema de la racionalidad como lo más resalta en diferentes estudios, originalmente esta idea proviene de un autor llamado Kant y su versión ha sido ampliada con el tiempo.

identificando primero que para actuar de manera racional primero el ser humano debe ser conciente de sus propios deseos o preferencias y de esa manera organizarlos por nivel de importancia, la reflexión por parte de cada persona implica ser conciente de nuestros pensamientos y en base a ello decidir cuales son más importantes y actuar en consecuencia dando como resultado el reflejo de como las personas ven el mundo e interpretan su realidad a través de las emociones y la moral.

La coherencia entre teoría y práctica ha generado debate dentro de la comunidad de la educación infantil ya que, para Chokler (2010). presionar a un niño a un estado de desarrollo exigiéndole, persuadiéndole o creando estímulos que no va acorde a su edad mental y cronológica no solo acelera su desarrollo sino que también lo frena, esto se da a que se le obliga a usar maneras de actuar que el niño todavía no entiende bien o que aún no domina.

Lo que puede desembocar en acciones poco coordinadas y sin sentido para él, cuando estas acciones se repiten constantemente pueden generar en el niño una imagen negativa de sí misma, haciéndole sentir que no sirve para lo que está haciendo o que no es capaz y esto afecta directamente en su autoestima.

Es de vital importancia respetar al niño y darle su lugar como persona, valorando su proceso de desarrollo neuropsicológico y su derecho a participar activamente en su propio crecimiento. El niño debe tener pensamiento propio para actuar con voluntad y no sólo ser alguien que recibe ordenes o acciones de otros, debe ser alguien que tome decisiones y que sea protagonista de su evolución Chokler (2010).

2.1.2.4. Dominio del entorno

De acuerdo con lo que propone la Psicología Positiva, en una investigación realizada en la Universidad de Alicante, mostró la importancia de ayudar a sus

estudiantes de desarrollar sus habilidades personales así vez que sus fortalezas, ya que de esta manera se refuerza de forma efectiva la forma de enfrentar la vida y el estrés relacionado con el estudio.

En lugar de solo enfocarse en las dificultades o debilidades, esta perspectiva sugiere que para mejorar el bienestar emocional de los estudiantes se debe reconocer y estimular las cualidades positivas de cada uno de los estudiantes para de esta manera facilitar su propia adaptación a las exigencias académicas, esto contribuye a un mejor rendimiento escolar, mayor satisfacción personal y motivación para aprender Freire (2017).

Aquellas personas que saben lo que quieren lograr y tienen claro cuál es su propósito de vida tienen un alto porcentaje de éxito en la vida, un estudio basado en la carrera de salud se observó que el 41.7% de los participantes en la investigación tiene dificultades para establecer relaciones positivas con aquellas personas que les rodean, lo cual como consecuencia afecta a su bienestar social y emocional y el 26.6% de los estudiantes encuestados tienen un bajo nivel de autonomía.

Lo cual significa que les cuesta tomar decisiones por sí mismos o actuar de forma independiente, al comparar los resultados por géneros, se observa que las mujeres tienen porcentajes altos en las dimensiones antes mencionadas, ellas tienden a llevarse mejor con los demás, se adaptan mejor a su entorno y sienten que están avanzando como personas y en cambio los hombres tienen un promedio más alto en autonomía por lo que podría indicar que sienten mayor libertad o seguridad al tomar decisiones por su cuenta Sandoval B. (2017).

2.1.2.5. *Propósito en la vida*

Cuando una persona Steger (2009). siente que su vida tiene dirección, sentido y propósito claro sobre hacia donde se dirige es menos propensa a sufrir de ansiedad y depresión, estas personas con gran inteligencia emocional tienden a experimentar mayores niveles de felicidad y satisfacción con su vida. Tener una razón para vivir o metas significativas ayuda a experimentar una buena salud emocional a largo plazo.

De la misma forma Kashdan (2009). estos autores descubrieron en su investigación que tener un propósito en la vida no solo está relacionado con disfrutar una buena salud mental sino también con beneficios físicos y una vida más larga. Las personas que se dedican a compartir su tiempo en voluntariados su tasa de mortalidad es más baja en comparación con aquellas personas que no lo hacen incluso si tienen la misma edad.

La gran mayoría de los seres humanos debemos adentrarnos en el profundo mundo de nuestra mente también conocido como el autoconocimiento, al momento de evaluar

los puntos débiles y los puntos fuertes de uno mismo es crucial para empezar el viaje hacia la búsqueda del propósito y la pasión de nuestra efímera vida. Para tomar decisiones más acertadas y adecuadas que se alineen con nuestro verdadero yo es importante reconocer y comprender estos aspectos sobre nosotros mismos.

Para esta inmersión profunda para autorealizar nuestras características, nuestras limitaciones, habilidades y capacidades se le conoce como proceso de autoanálisis, al identificar nuestros puntos fuertes encontraremos las áreas en las que más destacamos, las actividades que nos producen pasiones y alegrías y aquellas habilidades que podemos aprovechar para alcanzar nuestros objetivos.

Cuando identificamos las áreas en las que somos débiles son una perfecta oportunidad para darnos cuenta en aquellos aspectos en los que podremos desarrollarnos y mejorar, enfrentarnos a ellos como desafíos o retos con el objetivo de aumentar nuestro potencial general. Abordar ese proceso tan importante con honestidad y objetividad nos va a ayudar a comprender de manera exacta y precisa e donde nos encontramos en ese momento de la vida, al momento de evaluar nuestros puntos fuertes y débiles nos conduce a un aumento de autoconfianza y autoconocimiento, reforzando de esta manera nuestro valor Sandua (2023).

Autores como Robin Sharma, expresan que el arte alimenta el alma de los seres humanos, los buenos libros blindan la esperanza, que las conversaciones profundas aumentan la creatividad, la música deliciosa eleva el corazón y que las vistas hermosas fortalecen el espíritu, él opina que el gran propósito de la vida no es solo amasar una gran fortuna, la verdadera razón de ser es poder ser útil a la sociedad.

Comentando su famosa frase “Controla tus mañanas, impulsa tu vida” explica en su filosofía y metodología del Club de las 5 de la mañana en la que explica que el dinero, el poder y el prestigio no son más que las consecuencias de aplicar esta filosofía diaria.

El autor Robin Sharma nos cuenta que en cada uno de nosotros tenemos un héroe en nuestro interior y que esto ya lo sabemos desde niños, antes de que los adultos nos limitaran nuestros poderes, encadenaran nuestros genios y que traicionaran a las verdades de nuestro corazón, sostiene que los adultos son niños deteriorados,

Cuando crecimos perdimos nuestra humanidad, que olvidamos como ser valientes y entusiastas, amorosos y como estar salvajemente vivos, nos enseñan en su magnífica obra que el sufrimiento ha sido para bien, que el dolor es la puerta hacia la profundidad, nos alienta a que eliminemos la falsedad, el miedo y la arrogancia que provienen del ego y que el sufrimiento aporta muchas recompensas, como la originalidad, la empatía, la autenticidad y el don de gentes.

Para alcanzar los resultados del más alto nivel es necesario implementar en nuestras vidas una rutina matinal de gran calidad ya que actualmente nos encontramos en una cultura de “Zombis” cibernéticos en la que nos hallamos adictos a las distracciones, de esa forma impulsaremos las áreas más importantes de nuestra vida profesional y personal, y de esta manera empezamos la necesidad de impulsar la búsqueda formidable de lo legendario Sharma (2019).

Brian Tracy un gran psicólogo que fundó el seminario Fénix explicando la psicología del logro plantea que para ser verdaderamente feliz, requerimos tener absoluta claridad sobre lo que da verdadero sentido a nuestra existencia. En palabras simples, no se trata solo de hacer cosas diarias, sino de entender y comprender qué es aquello que nos motiva profundamente y qué es lo que queremos aportar al mundo.

El día que entendamos cuál es nuestro propósito, ya sea crear algo, ayudar a otras personas, o a desarrollar nuestras capacidades, nuestra vida empieza a tener fuerza y dirección y cada acción cobra más significado Tracy B. (2009). Señala que una vez definido ese propósito claro, lo ideal es organizar nuestras actividades diarias alrededor de él.

Lo que esto significa que todo lo que hagamos en relación a nuestra meta principal se debe priorizar y todo lo que distraiga o disperse se debe eliminar, al hacerlo alcanzamos sentido de plenitud, de logro de confianza y esto genera un impulso constante a avanzar, porque nuestro esfuerzo está alineado con lo que nosotros consideramos más valioso en la vida.

2.1.3. Crecimiento personal según Martin Seligman

La relevancia de Seligman en el campo del crecimiento personal aplicado a su investigación sobre el crecimiento personal y organizacional ha permitido que los individuos satisfagan sus necesidades de desarrollo, que mejoren su salud psicológica y progresen profesionalmente.

En un estudio de la “Journal of Occupational and Organizational Psychology” del 2019 encontraron que las intervenciones basadas en fortalezas aumentan la autoeficacia, lo cual a su vez fomenta mayor disposición al cambio, también con las acciones intencionales, una correcta planificación, sobre todo en personas con tendencias a la autoeficacia baja o moderada.

2.1.3.1. Psicología positiva según Seligman

Martin Seligman es reconocido como padre de la Psicología positiva, es una disciplina que estudia científicamente los aspectos que nutren el bienestar humano. El

propuso que esta rama debe enfocarse en las emociones, el carácter y las instituciones positivas.

Las cuales se fundamenta en tres pilares como: las virtudes personales que vienen a ser las fortalezas, las experiencias positivas y las estructuras sociales que promueven el florecimiento individual como la educación y la familia.

Seligman decía que ser feliz no solo es tener placer evitar el dolor, sino encontrar sentido en la vida, disfrutar lo que uno hace y tener relaciones buenas con los demás.

2.1.3.2. *Modelo PERMA*

Para explicar que cosas nos hacen felices a los seres humanos y considerar que una vida es plena, Seligman creó un modelo llamado PERMA, es un acrónimo y cada letra representa un aspecto importante:

- “P” hace referencia a las emociones positivas tales como sentir alegría, esperanza, gratitud y amor.
- “E” se refiere al compromiso, estar concentrado en una actividad que pierdes la noción del tiempo también considerado “flujo”
- “R” sugiere relaciones, como tener conexiones positivas con otras personas.
- “M” indica significado, sentir que lo que haces tiene un propósito o que forma parte de algo más grande
- “A” alude a los logros, en alcanzar metas, sentir orgullo por lo que uno logra y tener un propósito.
- La psicología positiva no solo busca que las personas sobrevivan sino que también vivan bien, todas las personas podemos trabajar en estos cinco aspectos del modelo PERMA para sentirnos más felices y tener una vida más satisfactoria.

2.1.3.3. *Fortalezas del carácter y virtudes humanas*

Para identificar las fortalezas personales de cada persona Seligman en conjunto con otros autores crearon un sistema en las que se describen algunas fortalezas como: la gratitud, la valentía, la honestidad y la creatividad.

La idea es que, si conoces tus fortalezas y las usas todos los días, puedes sentirte más feliz y satisfecho con tu vida.

En estudios realizados en universidades públicas en Ecuador se refleja la necesidad de fortalecer el apoyo emocional y psicológico para los estudiantes de educación, los cuales enfrentan altos niveles de demanda emocional y académica desde las primeras prácticas preprofesionales.

2.1.3.4. Factores que influyen en el bienestar psicológico en estudiantes universitarios

El nivel de bienestar psicológico en estudiantes universitario ha sido tema de estudio en diferentes áreas profesionales, ya que diversos estudios han explorado como la calidad del sueño, el estrés académico, la satisfacción con la carrera y las relaciones sociales influyen de forma significativa Ryff C.(2020).

En el contexto latinoamericano las investigaciones recientes han evidenciado que muchos estudiantes de carreras como la pedagogía presentan niveles medios a bajos de bienestar, especialmente en dimensiones como el propósito en la vida y la autonomía Mora (2022).

Entre las limitaciones de este estudio se puede mencionar que la relación entre la personalidad y el bienestar psicológico podría parecer redundante, ya que en algunos casos no se perciben diferencias claras entre los rasgos de personalidad y las dimensiones de bienestar. No obstante, es importante señalar que las escalas de bienestar psicológico se enfocan en cómo la persona percibe su vida en general, no tanto en sus características personales.

En efecto, algunos estudios han encontrado que existe más confusión entre la personalidad y el bienestar subjetivo tales como las emociones positivas, las negativas y la satisfacción con la vida, que con el bienestar psicológico Schmutte (1991).

Igualmente, se ha observado que los estudiantes universitarios pueden ser más propensos a experimentar niveles bajos de bienestar psicológico en comparación con la población general. Esto es debido a la exigencia y la presión académica, la búsqueda constante de empleo, la ansiedad y el estrés que estas situaciones les generan (Burris, 2009).

Por ese motivo, este estudio busca aportar más conocimiento sobre los factores que afectan el bienestar psicológico en jóvenes universitarios, con la intención de que los resultados sirvan como base para diseñar programas o intervenciones que mejoren su calidad de vida, adaptados a sus necesidades específicas Urquijo (2015).

2.1.3.5. Bienestar psicológico en contextos educativos

El bienestar psicológico en los estudiantes se entiende como la capacidad de mejorar su vida, encontrar un propósito claro y trabajar para cumplir sus metas personales en un período determinado. Este tipo de bienestar no solo se refiere a sentirse bien emocionalmente, sino también a tener motivación, sentido de logro y crecimiento personal.

En un estudio realizado con estudiantes universitarios, se observó que la mayoría eran mujeres en un 70 % y en menor proporción eran hombres en un 30%, de igual

manera, un alto porcentaje provenía de zonas rurales en un 60%, mientras que otros pertenecían a cabeceras municipales en un 30% y solo una minoría a zonas urbanas en un 10%. La mayoría vivía en condiciones económicas de nivel bajo a medio.

Este estudio se llevó a cabo en la Unidad Académica Profesional Tejupilco, ubicada en el sur de México, una región identificada por las autoridades como de alta marginación y pobreza. Muchas familias de esta zona se dedican a actividades del campo, por lo que sus ingresos son irregulares y dependen del trabajo familiar o de pequeña escala Camacho (2023).

Un estudio realizado que tuvo como finalidad analizar si existe una relación entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Los resultados mostraron que hay una relación negativa, aunque de poca intensidad, entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la procrastinación, como la falta de autorregulación y el hábito de postergar tareas. Es decir, mientras más alta es la procrastinación, menor es el nivel de bienestar psicológico.

Estos hallazgos coinciden con otros estudios previos. Por ejemplo, Yarlequé (2016) encontraron resultados similares al trabajar con estudiantes universitarios en Lima, Perú.

En términos generales, estos estudios indican que una alta procrastinación se asocia con bajo bienestar psicológico, lo que puede provocar bajo rendimiento académico, dificultades para alcanzar metas Borger C. (2021).

En una investigación realizada con estudiantes de la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional del Este en Paraguay, se analizó el estado de salud mental y bienestar psicológico. El estudio incluyó a 266 estudiantes, en su mayoría mujeres jóvenes, muchas de ellas solteras y con empleo. Para evaluar la salud mental se usaron cuestionarios reconocidos y confiables.

Los resultados mostraron que el 65% de los estudiantes presentaban signos de posibles problemas de salud mental y también niveles bajos de bienestar psicológico. Además, se encontró una relación clara que entre más dificultades emocionales menor era el bienestar.

La investigación concluye que esta situación puede afectar el rendimiento académico de los estudiantes, por lo que se recomienda implementar programas de apoyo que ayuden a cuidar su salud mental, con evaluaciones regulares, espacios grupales de acompañamiento y estrategias que respondan a sus necesidades reales Aquino (2022).

Un estudio realizado en Ecuador demostró que muchos estudiantes universitarios tienen un buen nivel de bienestar psicológico, es no siempre implica que

sean resilientes. De hecho, una parte importante presenta niveles bajos de resiliencia. Además, se observó que los hombres tienden a ser más resilientes que las mujeres.

Aunque no hay diferencia significativa en el bienestar psicológico entre ambos sexos. En general, se concluye que tener bienestar psicológico no garantiza que los estudiantes hayan desarrollado la capacidad de adaptarse y superar las dificultades, lo cual resalta la importancia de trabajar ambos aspectos de forma complementaria Tuza (2024).

CAPÍTULO III.

. METODOLOGÍA

3.1. Enfoque de la investigación

3.1.1. Cuantitativo

La presente investigación se desarrolla bajo un enfoque cuantitativo, ya que se fundamenta en un esquema deductivo y lógico que busca formular preguntas de investigación e hipótesis para posteriormente probarlas. Este enfoque utiliza la recolección de datos para contestar preguntas de investigación y probar confiando en la medición numérica, el conteo y frecuentemente el uso de estadística para establecer patrones de comportamiento.

3.2. Diseño de la investigación

3.2.1. No experimental

En su diseño fue una investigación no experimental, en vista de que se desarrolló sin manipulación premeditada de la variable de estudio, se estudiaron los hechos en su contexto real y en un momento determinado.

3.3. Tipo de investigación

3.3.1. Por el nivel o alcance

3.3.1.1. Descriptiva

Esta investigación se orienta a describir los niveles de bienestar psicológico tanto subjetivo como material, consiste en identificar y caracterizar el bienestar psicológico.

3.3.2. Por el objetivo

3.3.2.1. Básica

Tuvo como finalidad ampliar el conocimiento teórico y empírico sobre el bienestar psicológico por medio de la identificación e los niveles que presentan los estudiantes.

3.3.3. Por el lugar

3.3.3.1. De campo

Se realizó utilizando un instrumento psicométrico a 142 estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo.

3.3.4. Tipo de estudio

3.3.4.1. Transversal

La recolección de datos se desarrolló en un único periodo de tiempo, en el marco del cual se aplicó un instrumento psicométrico y se interpretaron los mismos.

3.4. Unidad de análisis

3.4.1. Población de estudio

Los 142 estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo.

3.4.2. Muestra

Compuesta por 142 estudiantes de primer, segundo y tercer semestre, de los cuales 141 fueron mujeres y 1 hombre, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, debido al fácil acceso a este grupo y su disponibilidad para participar en el estudio.

Cuadro 1. Descripción de la muestra

Muestra de la investigación	
Tipo de muestreo	Número de estudiantes
No probabilística e intencionada	142 estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo.

Elaborado por: Andrés Fonseca (2025)

3.5. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

Cuadro 1. Descripción de las técnicas e instrumentos de recolección de datos.

VARIABLE	TÉCNICA	INSTRUMENTO	DESCRIPCIÓN
BIENESTAR PSICOLÓGICO	Prueba Psicométrica	Escala de Bienestar Psicológico (E.B.P) J. Sánchez-Cánovas	La Escala de Bienestar Psicológico (EBP) utilizada en esta investigación está basada en el modelo teórico de Caro Ryff y fue adaptada por Pedro Cánovas para población universitaria. El instrumento está compuesto por 24 ítems , distribuidos en seis dimensiones , cada una de las cuales evalúa un aspecto clave del bienestar psicológico. Las respuestas se recogen a través de una escala tipo Likert de cinco puntos, que va desde “Nunca” hasta “Siempre”. El instrumento ha demostrado ser válido y

			confiable para estudios en estudiantes universitarios, y fue aplicado de manera directa a los participantes, garantizando el consentimiento informado y la confidencialidad de los datos. Autores: Pedro José Cánovas García basada en el modelo teórico original de Carol D. Ryff
--	--	--	--

Elaborado por: Andrés Fonseca (2025)

Fuente: Ficha técnica de la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) Cánovas García, P.J. (2008)

3.6. Procedimiento para la recolección de datos

Para llevar a cabo esta investigación, se siguieron una serie de pasos que permitieron recolectar y organizar la información de manera adecuada. Se aplicaron técnicas estadísticas básicas para procesar los datos obtenidos, y se utilizaron herramientas gráficas como cuadros y gráficos de pastel para facilitar su representación y análisis.

El procedimiento incluyó las siguientes etapas:

- Se diseñaron y elaboraron los instrumentos necesarios para recolectar los datos.
- Los instrumentos fueron revisados y aprobados por el tutor y expertos del tema.
- Luego, se procedió a aplicar dichos instrumentos a los participantes seleccionados.
- La información recolectada fue codificada y organizada según indicadores, categorías y objetivos del estudio.
- Se prepararon y aplicaron encuestas como método principal de recolección.
- Una vez finalizadas, las encuestas fueron nuevamente revisadas y aprobadas por el tutor
- Se realizó la aplicación definitiva de los instrumentos.
- Los datos obtenidos fueron tabulados y representados gráficamente.
- Posteriormente, se realizó un análisis e interpretación e los resultados.
- Finalmente, se elaboraron las conclusiones y recomendaciones correspondientes.

CAPÍTULO IV.

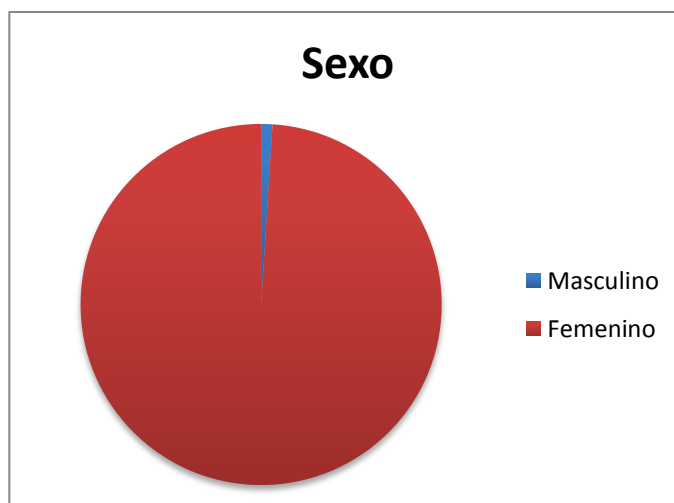
RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Análisis e interpretación de resultados

Cuadro 3. Género

	Frecuencia	Porcentaje %
Masculino	1	1.01%
Femenino	141	98.99%
Total	142	100%

Gráfico 1. Género



Fuente: Prueba psicométrica

Elaborado por: Andrés Fonseca (2025)

Análisis:

Del total de los 142 estudiantes a los que se les aplicó el instrumento psicométrico, ha podido identificar que el 98.99% son de sexo femenino, mientras que el 1.01% corresponde al sexo masculino

Interpretación:

Se identifica que la gran mayoría son de sexo femenino.

4.2. Subescala de bienestar psicológico subjetivo

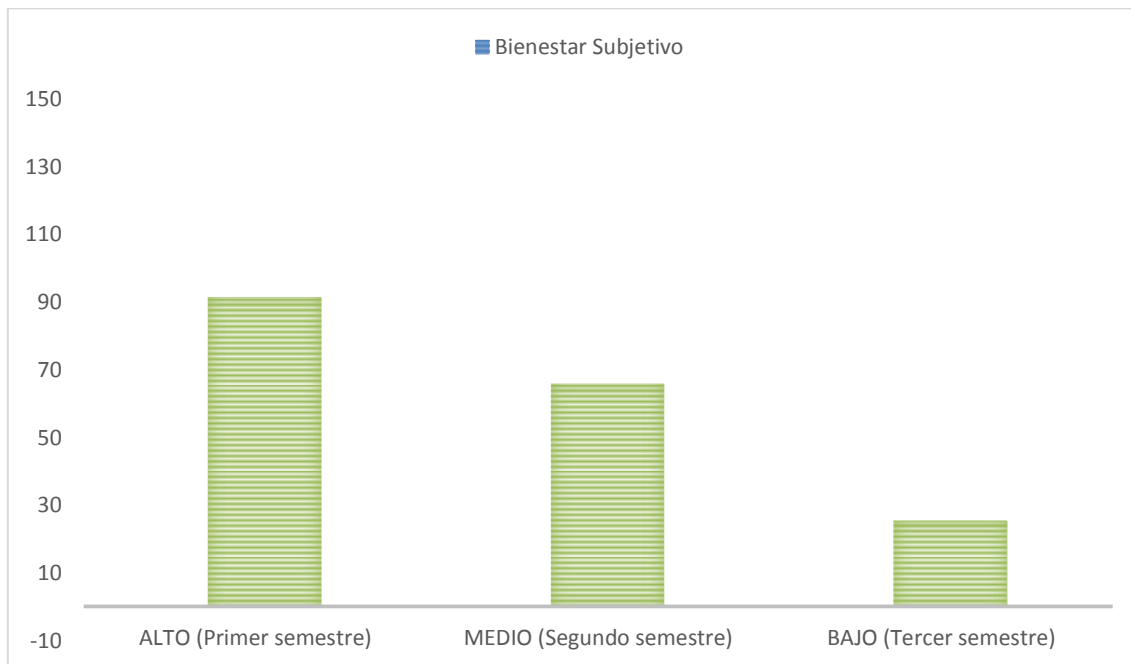
Tabla 1. Resultados generales de la Escala de Bienestar de la dimensión Subjetivo

Grupo	Bienestar Subjetivo (Máx.150)	Nivel
Primer semestre	91.50	Alto
Segundo semestre	65.99	Medio
Tercer semestre	25.5	Bajo

Fuente: Datos obtenidos de la aplicación de la Escala del Bienestar Psicológico a estudiantes de primero y segundo semestre de Educación Inicial en la Universidad Nacional de Chimborazo.

Elaborado por: Fonseca Ronquillo Brayan Andrés (2025)

Gráfico 1. Resultados generales de la Escala de Bienestar de la dimensión Subjetivo.



Fuente: Datos obtenidos de la aplicación de la Escala del Bienestar Psicológico a estudiantes de primero, segundo y tercer semestre de Educación Inicial en la Universidad Nacional de Chimborazo.

Elaborado por: Fonseca Ronquillo Brayan Andrés (2025)

Análisis:

Los resultados obtenidos mediante la aplicación de la subescala de Bienestar Subjetivo ponen en manifiesto diferencias claras entre los tres grupos evaluados.

El primer semestre alcanzó un promedio de 91.50 puntos, situación que corresponde al 61% del puntaje máximo posible (150 puntos).

Para el segundo semestre, el promedio obtenido fue de 65.99 puntos, equivalente al 44% total posible, situando al resultado en un nivel moderado del bienestar subjetivo.

El tercer semestre registró un promedio considerablemente inferior, alcanzando 25.5 puntos, equivalente al 17% del puntaje máximo, situándose dentro de la categoría baja.

Interpretación:

El primer semestre alcanzó un promedio de 91.50 puntos, situación que corresponde al 61% del puntaje máximo posible (150 puntos). Este valor se posiciona en el rango alto. Evidenciando que los estudiantes de los primeros ciclos presentan un bienestar emocional favorable, óptima regulación personal y una apreciación positiva de su bienestar integral, esto implica que, en esta fase, en este periodo los estudiantes mantienen elevados niveles de equilibrio personal, motivación y ánimo.

Para el segundo semestre, el promedio obtenido fue de 65.99 puntos, equivalente al 44% total posible, situando al resultado en un nivel moderado del bienestar subjetivo. Esta reducción en comparación con el primer semestre comprueba que, conforme avanza su proceso formativo, los estudiantes tienden a experimentar un descenso en su satisfacción emocional y la percepción positiva de su vida. Este ajuste podría vincularse con el aumento de las demandas académicas, el proceso constante de adaptación al entorno universitario y al incremento gradual de las exigencias de la propia carrera.

El tercer semestre registró un promedio considerablemente inferior, alcanzando 25.5 puntos, equivalente al 17% del puntaje máximo, situándose dentro de la categoría baja. Este valor demuestra un deterioro importante del bienestar subjetivo, asociado a posibles aumentos de tensión emocional, fatiga psicológica o problemas en el manejo de las exigencias académicas. El descenso drástico sugiere que los estudiantes de este ciclo podrán estar enfrentando desafíos más intensos como académicos como personales, que repercuten de manera directa a su estabilidad emocional.

Los datos vistos de manera global, se observa una clara disminución del bienestar subjetivo conforme se avanza en la carrera, este comportamiento evidencia la necesidad de que la institución desarrolle acciones de apoyo psicológico y acompañamiento integral, priorizando a los niveles avanzados, donde se observa mayor vulnerabilidad emocional.

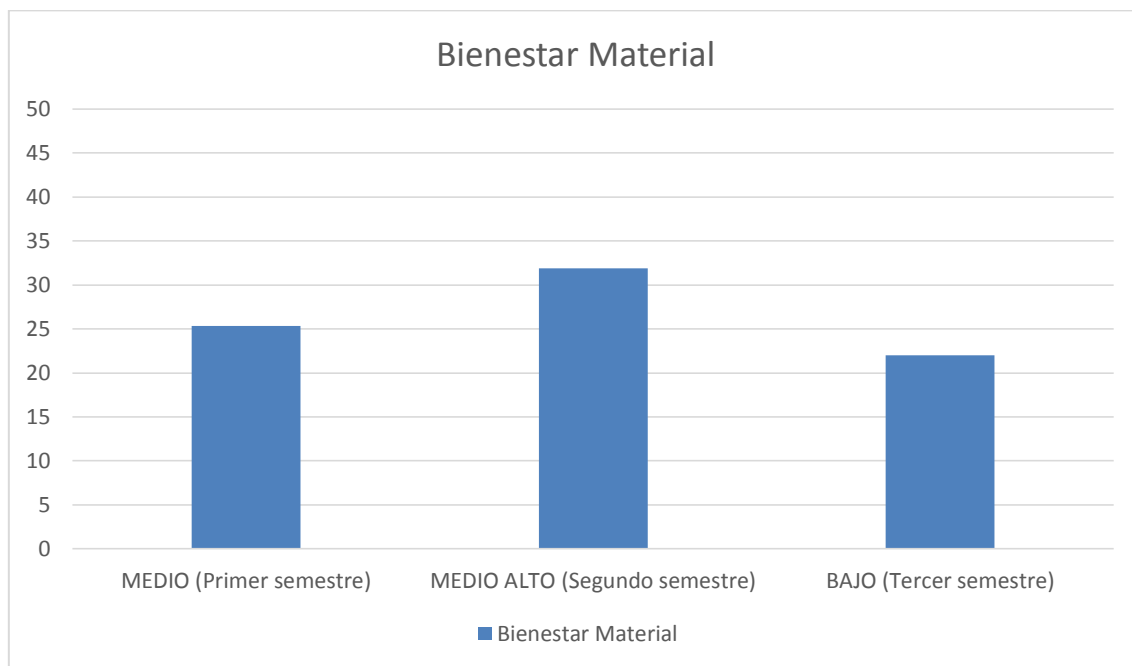
Tabla 2. . *Resultados generales de la Escala de Bienestar de la dimensión Material.*

Grupo	Bienestar Subjetivo (Máx. 50)	Nivel
Primer semestre	25.34	Medio
Segundo semestre	31.91	Medio-Alto
Tercer semestre	21.99	Bajo

Fuente: Datos obtenidos de la aplicación de la Escala del Bienestar Psicológico a estudiantes de primero, segundo y tercer semestre de Educación Inicial en la Universidad Nacional de Chimborazo.

Elaborado por: Fonseca Ronquillo Brayan Andrés (2025)

Gráfico 2. *Resultados generales de la Escala de Bienestar de la dimensión Material.*



Fuente: Datos obtenidos de la aplicación de la Escala del Bienestar Psicológico a estudiantes de primero y segundo semestre de Educación Inicial en la Universidad Nacional de Chimborazo.

Elaborado por: Fonseca Ronquillo Brayan Andrés (2025)

Análisis:

El bienestar material se refiere a la percepción que tienen los estudiantes sobre sus condiciones económicas, acceso a recursos y estabilidad en aspectos que influyen directamente en su formación académica. Para esta evaluación se utilizó una escala con un puntaje máximo de 50 puntos.

Los resultados promedio obtenidos fueron:

- Primer semestre: 25.34 puntos
- Segundo semestre: 31.91 puntos
- Tercer semestre: 21.99 puntos

Al convertir los valores en porcentajes respecto al puntaje máximo, se tiene:

- Primer semestre: $(25.34/50) \times 100 = 50.68\%$
- Segundo semestre: $(31.91/50) \times 100 = 63.82\%$
- Tercer semestre: $(21.99/50) \times 100 = 43.98\%$

Esto muestra una diferencia entre los tres grupos grupos, con una mayor percepción de bienestar material en los estudiantes del segundo semestre.

En términos de niveles:

- El primer semestre se encuentra en nivel medio de bienestar material.
- El segundo semestre alcanza un nivel medio-alto.
- El tercer semestre puntúa un nivel bajo.

Estos datos permiten observar una mejora entre el primer y segundo semestre en cuanto a la percepción de condiciones materiales; sin embargo esta mejora no se observa en el tercer semestre el cual presenta un puntaje bajo. Indicando un retroceso en esta valoración.

Interpretación:

Los estudiantes de primer semestre, al ubicarse en un nivel medio, reflejan una percepción de estabilidad económica parcial. El puntaje obtenido (50.68%) indica que si bien no están en una situación crítica, tampoco cuentan con todos los recursos que les permitan afrontar su formación con plan comodidad. Esto puede deberse al proceso de transición que implica el ingreso a la universidad: nuevos gastos, ajustes a la economía de la familia o cambios de ciudad.

Por otro lado, los estudiantes de segundo semestre presentan una percepción más favorable del bienestar material, con un nivel medio-alto (63.82%). Esta mejora podría explicarse por varios factores: acceso a apoyo institucionales, mayor adaptación al entorno universitario, redes de compañeros, becas o mejor planificación económica. También es posible que, con el tiempo, aprendan a gestionar sus recursos económicos que podrían impactar en el desempeño y la pertenencia económica.

El tercer semestre alcanzó un 43.98% del puntaje total posible, ubicándose dentro del nivel bajo de bienestar material. Este resultado indica que los estudiantes perciben limitaciones importantes en su día a día en sus condiciones materiales, tales como acceso a materiales, apoyo financiero o estabilidad en su entorno cotidiano al tener restricciones o preocupaciones sobre su situación material lo que a su vez repercute en su seguridad personal, su habilidad para afrontar las demandas universitarias y en consecuencia el rendimiento académico.

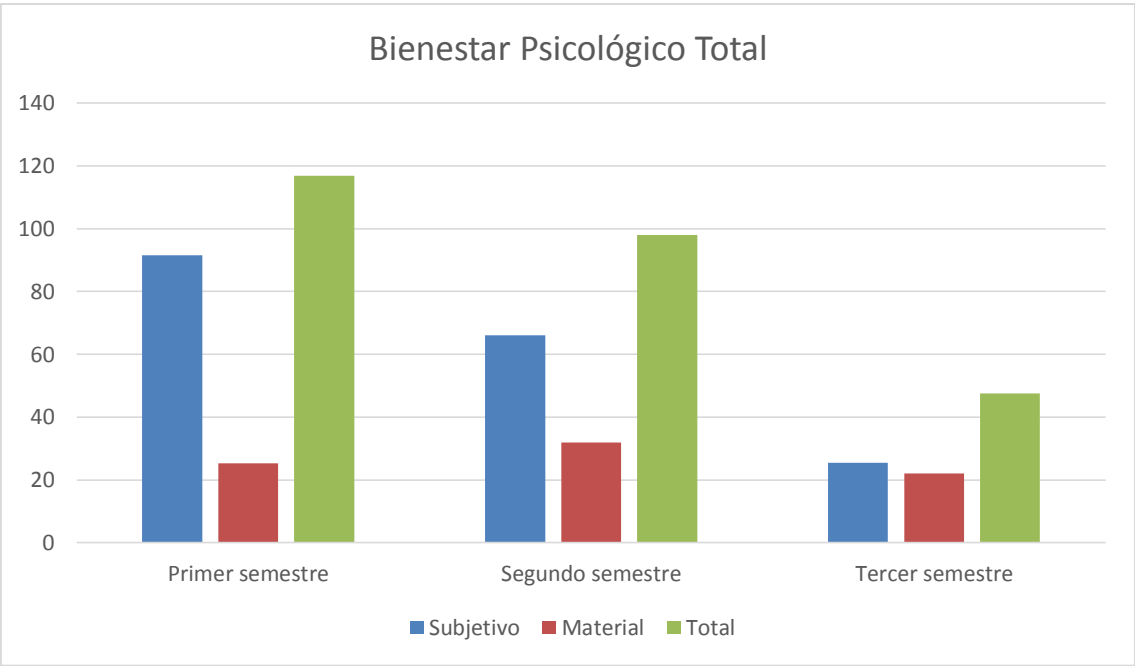
Esto resalta la importancia de conocer y fortalecer desde la universidad estrategias orientadas al apoyo económico, distribución equitativa de los recursos, la

orientación financiera. Especialmente los estudiantes de primer semestre podrían beneficiarse de intervenciones tempranas que les ayuden a enfrentar los desafíos materiales del ingreso a la educación superior.

Tabla 3. Resultados generales de la Escala de Bienestar Psicológico Total (Objetivo General)

Semestre	Subjetivo	Material	Total
Primer semestre	91.50	25.34	116.84
Segundo semestre	65.99	31.91	97.90
Tercer semestre	25.5	21.99	47.49

Gráfico 3. Resultados generales de la Escala de Bienestar Psicológico Total (Objetivo General).



Análisis:

La Escala de Bienestar Psicológico evalúa dos componentes fundamentales del bienestar estudiantil: el bienestar subjetivo, relacionado con aspectos emocionales, personales y afectivos; y el bienestar material, vinculado a las condiciones económicas y los recursos disponibles para el desarrollo académico. La suma de ambos componentes permite obtener una visión más completa del bienestar psicológico total. Las diferencias absolutas entre cada grupo son: Entre el primero y el segundo (116.84)-(97.90) = 18.94 puntos. Entre el segundo y el tercero (97.90) – (47.49) = 50.41 puntos. Entre el primero y el tercero: (116.84) – (47.49) = 69.35 puntos. La diferencia porcentual (porcentaje de cambio). Del primer al grupo segundo $18.94 / 116.84 * 100 = 16.21\%$ lo que significa que el segundo semestre tiene 16.21% menos que el primero. Del segundo grupo al tercero $50.41 / 97.90 * 100 = 51.49\%$ lo que significa que el tercer semestre tiene 51.49% menos que el segundo. Del primero al tercero $69.35 / 116.84 * 100 = 59.34\%$. Lo representa que el tercero tiene 59.34% menos que el primero.

Interpretación:

Los resultados indican que los estudiantes muestran una disminución progresiva y representativa en los puntajes a medida que avanzan. Entre el primer y segundo semestre se observa una reducción del 16.21% lo que evidencia un descenso moderado en los niveles totales evaluados. No obstante a lo anterior, la disminución entre el segundo y el tercer semestre es mucho más visible, alcanzando un puntaje de 51.49%, lo que refleja un declive considerable y consistente a lo largo del proceso educativo.

Esta tendencia descendente sugiere que, conforme avanzan en la carrera, podrían enfrentar mayor exigencia académica, dificultades contextuales, presiones personales que impactan de manera negativa en sus resultados. Por consiguiente señala un punto de inflexión que precisa acciones de intervención institucional, puesto que es en esta fase donde el bienestar psicológico alcanza su nivel de deterioro más elevado.

CAPÍTULO V.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- Se identificó una disminución progresiva del bienestar subjetivo: primer semestre en nivel alto, segundo en nivel medio y tercero en nivel bajo. Esta tendencia descendente evidencia un aumento del desgaste emocional y la necesidad de fortalecer el apoyo institucional
- El bienestar material mostró variaciones relevantes: el primer semestre alcanzó un nivel medio, el segundo un nivel alto y el tercero un nivel bajo. Esto indica limitaciones crecientes en recursos y apoyo económico en los niveles superiores, afectando su estabilidad académica.
- La comparación entre los tres semestres evidenció un deterioro general en el bienestar psicológico, con un descenso moderado entre primero y segundo semestre, y una caída drástica entre segundo y tercero. Este último representa un

punto crítico que demanda estrategias institucionales de acompañamiento emocional y académico..

5.2. Recomendaciones

- Implementar un **Programa Permanente de Acompañamiento Psicoemocional** para estudiantes de niveles superiores, con sesiones grupales, consejería y talleres de gestión del estrés. Incluir la entrega del **planner imprimible** como herramienta para mejorar organización, hábitos y bienestar subjetivo.
- Crear el **Programa de Optimización de Recursos y Vida Universitaria**, con talleres sobre administración del tiempo y organización financiera básica. Complementar con el **planner gratuito** (diario, semanal, mensual, habit tracker, sobres y recordatorios) para reducir gastos y fortalecer el bienestar material.
- Implementar el **Plan Preventivo de Transición Académica** entre segundo y tercer semestre, con talleres de hábitos de estudio y técnicas como Club 5 AM y Pomodoro. Acompañar con el **planner diseñado**, que facilite la planificación diaria y la estabilidad académica y emocional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acevedo, H. (2015). *La estimulación de las emociones y la confianza en sí mismo como habilidades para la vida en estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad de San Buenaventura Medellín*. Obtenido de Universidad de Manizales: <https://ridum.umanizales.edu.co/xmlui/handle/20.500.12746/2821>
- Álamo-Muñoz, A. Q.-S. (2022). Programa “creciendo juntos”: promoción de relaciones positivas para el alumnado. . *HUMAN REVIEW. International Humanities Review/Revista Internacional de Humanidades*,, 1-14.
- Álvarez, S. (2015). La autonomía personal y la autonomía relacional. . *Análisis filosófico*, 13-26.
- Andrade, J., Portillo, J., & Calle, D. (2019). Relación entre habilidades para la vida y riesgos vitales en adolescentes escolarizados de la ciudad de Armenia. *Psicogente*, 22(42), págs. 83-105. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-01372019000200083&script=sci_arttext
- Anuel, A. B. (2012). Autoaceptación y mecanismos cognitivos sobre la imagen corporal. *Psicothema*, 24(3), 390-395.
- Aquino, M. R. (2022). Salud mental y bienestar psicológico en estudiantes de filosofía de una universidad pública del Paraguay. *Revista Científica de la Universidad Nacional del Este*,, 47-58.

- Borger Carbajal, N. &. (2021). Procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios.
- Burris, J. L. (2009). Factors associated with psychological well-being and distress in university students. *Journal of American College Health*,, 536-544.
- Cánovas, J. (2006). El bienestar psicológico: su medida y dimensiones. *Universidad de Murcia*.
- Castilla, I., & Iranzo, I. (2009). Habilidades para la vida. *Revista de Formación del Professorat*(5). Obtenido de <https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/cartilla%204.pdf>
- Changoluisa, K. S. (2022). Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 10100-10113.
- Chokler, M. (2010). El concepto de autonomía en el desarrollo infantil temprano, coherencia entre teoría y práctica. . *Aula de infantil*,, 9-13.
- Collado, J., Bustamante, M., & Moreno, J. (2022). Filosofía y Educación en América Latina. *Cuadernos de Filosofía Latinoamericana*, 43(126). doi:<https://doi.org/10.15332/25005375.7598>
- Coluccio, G., & Muñoz, M. (diciembre de 2021). Estudio del desempeño y liderazgo de estudiantes de ingeniería industrial usando análisis de redes sociales. *Revista chilena de ingeniería*, 29(4), págs. 735-742. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-33052021000400735&script=sci_arttext
- Cruz, V. (10 de julio de 2017). *Liderazgo Transformacional estudios empíricos desde una perspectiva de grupos y de multinivel*. Obtenido de Universitat Jaume I: <https://produccioncientifica.ucm.es/documentos/5d399a5f29995206844669a5>
- Fernández, P. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*(1), 31-46. Obtenido de https://ri.iberro.mx/bitstream/handle/ibero/6043/RiEEB_01_01_31.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Fernando, H. V. (2022). Bienestar psicológico y ansiedad competitiva en deportistas profesionales. *UNACH*, 25-30.
- Ferrer, C. (2020). El optimismo y su relación con el bienestar psicológico. . *Revista científica arbitrada de la fundación Menteclara*, 5.

- Freire, C. |. (2017). Relación entre dominio del entorno y afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios. . *Actas del Congreso Iberoamericano de Universidades Promotoras de la Salud (CIUPS 2017): Promoción de la Salud y Universidad. Construyendo Entornos Sociales y Educativos Saludables, Universidad de Alicante (España), 27-29 de junio de 2017. Sant Vicent de, 1-2.*
- Goleman, D. (2014). *Liderazgo. El poder de la inteligencia emocional*. Barcelona: Ediciones B.
- González, M. &. (2017). Apoyo familiar y adaptación universitaria en estudiantes de Iberoamericana de Educación, . *educación. Revista*, 55-70.
- Herrán, E. G. (2022). El desarrollo de la autonomía infantil temprana y el profesorado en formación en Educación Infantil. Variables intervinientes. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 43-59.
- INEVAL. (2016). *Resultados educativos, retos hacia la excelencia*. Obtenido de Repositorio Bibliográfico Nacional de Educación Intercultural Bilingüe, Etnoeducación e Interculturalidad: <http://repositoriointerculturalidad.ec/jspui/handle/123456789/32592>
- Jiménez, Í., Fernández, C., & Sánchez, Y. (2019). Perfil actitudinal de líderes innovadores: Una mirada desde la psicología política. *Revista de Ciencias Sociales (RCS)*, 25(3), 140-151. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7026740>
- Jiménez, M. (14 de noviembre de 2012). *Gestión del liderazgo y valores en el Colegio Nacional Técnico Ecuador, de la ciudad de Cuenca durante el año lectivo Octubre 2010- Julio 2011*. Obtenido de Universidad Técnica Particular de Loja: <http://dspace.utpl.edu.ec/jspui/handle/123456789/4303>
- Kashdan, T. B. (2009). Purpose as a life- sustaining help: longevity, health, and volunteerism. *Rev. Psicología de la Salud*, vol. 3.
- Lacunza, A. B. (2016). Relaciones interpersonales positivas: los adolescentes como protagonistas. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad*, 73-94.
- Larrañaga, A. (2012). *El modelo educativo tradicional frente a las nuevas estrategias de aprendizaje*. Universidad Internacional de La Rioja, Facultad de Educación, Bilbao. Obtenido de <https://reunir.unir.net/handle/123456789/614>
- López, C. &. (2021). Vocación docente y bienestar emocional durante la formación inicial. . *Educación y Desarrollo*, 113-127.
- Lozado, L. (30 de Diciembre de 2013). Impacto de los estilos de liderazgo en el clima institucional del Bachillerato de la Unidad Educativa María Auxiliadora de

Riobamba. *Alteridad*, 8(1), 192-206. Obtenido de <https://www.learntechlib.org/p/195330/>

Mangrulkar, L., Whitman, C., & Ponser, M. (septiembre de 2001). *Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Obtenido de Organización Panamericana de la Salud: <https://www.tamaulipas.gob.mx/educacion/wp-content/uploads/sites/3/2017/03/enfoque-de-habilidades-para-la-vida.pdf>

Marmolejo, M. P. (2023). Bienestar psicológico y profesional en maestros/as escolares: un estudio exploratorio.

Martínez, V. (30 de mayo de 2014). Habilidades para la vida: una propuesta de formación humana. *Itinerario Educativo*, 28(63), págs. 61-89. Obtenido de <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Itinerario/article/view/1488/1257>

Maxwell, J. (2012). *Los 5 niveles de liderazgo: Pasos comprobados para maximizar su potencial*. New York, Boston, Nashville: Center street.

Mora, M. &. (2022). Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de educación inicial de una universidad ecuatoriana. *Revista Ciencia UNACH*, 15-24.

Moreno, V., Pucuna, B., & Maldonado, C. (2 de marzo de 2020). *Liderazgo estudiantil en la formación profesional de los estudiantes de octavo semestre (A-B) de la carrera de psicología educativa de la UNACH*. Obtenido de Universidad Nacional de Chimborazo: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/7429>

Núñez, C., Hernández, V., Jerez, D., Rivera, D., & Núñez, M. (2018). Las habilidades sociales en el rendimiento académico en adolescentes. *Revista de la SEECI*(47), 37-49. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6710734>

Ojeda, F. J. (2011). Relación del Bienestar Psicológico, Depresión y Rendimiento Académico en Estudiantes de Secundaria. *Psicología Iberoamericana* , 8-10.

Ortiz, T. A. (2022). Bienestar psicológico en los estudiantes de la carrera de psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo. *UNACH*, 14.

Peñañiel , E., & Serrano, C. (2017). Habilidades sociales. *Revista de salud y ciencias*, 1(2), págs. 8-15. Obtenido de https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/33131165/Habilidades_sociales_UD01-libre.pdf?1393925237=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DHabilidades_sociales.pdf&Expires=1706183654&Signature=BTXc5r3XKFUw62yI6D4IUO~AYHmGeSyGpH7seUgU6Man72PXbQye7EJK

- Poseck, B. V. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. . *Papeles del psicólogo*, 3-8.
- Rangel, J. V. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. . *Educere*, , 265-275.
- Rojas Valladares, A. L. (2018). Interés profesional-vocación docente, en estudiantes de la carrera educación inicial. . *Conrado*, 14(64), 72-79.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. . *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. .. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *psychological well-being*.
- Ryff., B. p. (2020). Ramírez, L., & Parra, D. *Revista de Psicología Educativa*,, 45-55.
- Saldaña Gómez, D. &. (2022). . La práctica pedagógica en educación superior: una mirada desde los actores de la carrera de Educación Inicial (UNAE-Ecuador). . *Revista de estudios y experiencias en educación*, 312-327.
- Sandoval Barrientos, S. D. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. I. *Investigación en educación médica*, 260-266.
- SANDUA, D. (2023). ENCUENTRA EL PROPÓSITO DE TU VIDA. 43.
- Santana, M., Ramos, C., Arellano, R., & Molina, J. (2018). Propiedades psicométricas del Test de Habilidades para la Vida en una muestra de jóvenes mexicanos. *Avances En Psicología*, 26(2), págs. 225-232. Obtenido de <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/1193>
- Scheinsohn, M. J. (2006). Evaluación del bienestar psicológico y su correlación con la presencia de sintomatología psicopatológica. In XIII Jornadas de Investigación y Segundo Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Fac.
- Schmutte, P. S. (1991). Personality and well-being: Reexamining methods and meanings. . *Journal of Personality and Social Psychology*, 549-559.
- Sharma, R. (2019). El club de las 5 de la mañana. *Grijalbo*, 33-40.
- Steger, M. F. (2009). Meaning in life. *Oxford handbook of positive psychology* , 679-687.
- Summa, R. (2020). Liderazgo: características de un líder. *Red universitaria virtual internacional*, 1(1), 1-7. Obtenido de

https://campusvirtual.iep.edu.es/recursos/recursos_premium/programa-habilidades/pdf/motivacion_liderazgo/contenido1/liderazgo_caracteristicas.pdf

- Tracy, B. (2009). Brian Tracey quotes about happiness and purpose. Plataforma de citas, p. *Entrepreneur Magazine.* , 15-25.
- Tracy, B. (2015). *Liderazgo*. Nashville, México D.F., Río de Janeiro: Grupo Nelson.
- Tracy, B. (2018). Decide upon your major definite purpose in life...., (pág. 28).
- Urquijo, S. A.-C. (2015). Efecto moderador del sexo en la relación a la personalidad y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Liberabit*, 329-340.
- Vázquez. (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva. *APCS*, 15-28.
- Vences Camacho, K. A. (2023). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios de nuevo ingreso. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 13-26.
- Vizhñay. (2024). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios del Ecuador. *MQRInvestigar*, 8(4), 1700-1724.
- Vizhñay-Tuza, S. I.-G. (2024). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios del Ecuador. . *MQRInvestigar*, , 1700-1724.
- Yarlequé, L. A. (2016). Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en estudiantes de educación superior de Lima y Junín. *Horizonte de la Ciencia*, 173-184.

ANEXOS

Anexo 1. Resolución administrativa (aprobación de designación de tutor)



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,
HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

DECANATO

en movimiento



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

RESOLUCIÓN ADMINISTRATIVA No. 305-DFCEHT-UNACH-2025

Dra. Amparo Cazorla Basantes
DECANA

CONSIDERANDO:

Que, el Estatuto de la Universidad Nacional de Chimborazo, en su Art. 150, literal a) expresa: "Decano, máxima autoridad académica de la Facultad, responsable de la gestión estratégica";

Que, el Estatuto de la Universidad Nacional de Chimborazo, en su Art. 152, numeral 17, determina que es atribución del decano de la Facultad resolver las solicitudes de personal académico, administrativo y estudiantes que no sean competencia expresa de órganos de mayor jerarquía";

Que, el Reglamento de Titulación Especial para Carreras no Vigentes Habilitadas para Registro de Títulos de la Universidad Nacional De Chimborazo, aprobado por el Consejo Universitario de la UNACH a través de la Resolución No. 0029-CU-UNACH-SE-ORD-25-01-2024 de fecha 25 de enero del 2024, en su Artículo 20.- Del procedimiento para la realización del Proyecto de Investigación, literal e, menciona: "El Decanato aprobará el perfil del proyecto descrito en el numeral anterior en el término de ocho días, para que el estudiante continúe con la ejecución del proyecto de investigación y notificará a través de la resolución respectiva a cada estudiante, tutor y miembros del tribunal.";

Que, mediante solicitud dirigida a la Señora Decana, el/a señor/ita: **BRAYAN ANDRES FONSECA RONQUILLO**, estudiante/s de la carrera de **Psicología Educativa (No vigente)**, respaldado/s(a)/s en los documentos de la comisión de carrera que adjunta, solicita la aprobación del Perfil del Proyecto de Investigación;

En ejercicio de las atribuciones que le confiere la normativa legal correspondiente:



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,
HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

DECANATO



Riobamba, 11 de junio de 2025.



0602683856 AMPARO
LILIAN CAZORLA
BASANTES

Dra. Amparo Cazorla Basantes, PhD.
DECANA

Adjunto: Documentos de respaldo.

Elaborado: Mgs. Teresa Soto B.

Funcionarios que reciben	Fecha de recepción	Firma
Director/a de carrera	11-06-2025	
Secretaría de carrera- para la entrega al alumno.	11-06-2025	
Secretaría de Subdecanato	11-06-2025	
Tutor y miembros de Tribunal.	11-06-2025	

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo . LUZ ELISA MORENO ARRIETA, representante legal del estudiante BRAYAN ANDRÉS FONSECA RONQUILLO, con número de cédula 1721174504, declaro que he sido informado e invitado a participar en una investigación denominada “EL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO”, que se llevará a cabo por el estudiante FONSECA RONQUILLO BRAYAN ANDRÉS, con número de cédula 1721174504. Como trabajo de titulación éste es un proyecto de investigación educativa que cuenta con el respaldo y aprobación de la Universidad Nacional de Chimborazo, Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías, carrera de Psicología Educativa. El estudio busca determinar e identificar los niveles de bienestar psicológico en los estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo cuya aplicación de esta se llevó a cabo en el periodo 2025 1-S. En la metodología se seleccionó un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental y de nivel descriptivo, la población está conformada por los estudiantes de la Carrera de Educación Inicial, para la muestra se seleccionó 99 estudiantes de los diferentes semestres de la carrera. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta, aplicada a través de una escala estandarizada de bienestar psicológico. Esta técnica permitió obtener información cuantitativa sobre el nivel de bienestar psicológico de los participantes de forma objetiva y sistemática. La información registrada será absolutamente confidencial, y los nombres de los participantes serán asociados a un código, esto significa que las respuestas no podrán ser conocidas por otras personas ni tampoco ser identificadas en la fase de publicación de resultados e informe final.

Estoy en conocimiento que los datos serán entregados y que no habrá retribución económica por la participación en este estudio, esta información podrá beneficiar de manera directa o indirecta para la institución educativa y la sociedad, dada la investigación que se está llevando a cabo. Asimismo, sé que

me puedo negar a la participación o retirarme en cualquier etapa del estudio, sin expresión de causa ni consecuencias negativas para mí representado.

Sí acepto voluntariamente participar en este estudio.

Desde ya agradecemos su participación.

Acepto que mi representada participe

voluntariamente en esta investigación:

☐

SI

☐

NO

Entiendo que puedo pedir cualquier información sobre este estudio; para esto, puedo contactar al señor: Andrés Fonseca, a través de su correo electrónico institucional bafonseca.fep@unach.ed

Firma del representante

Fecha

Anexo 3. Escala de Bienestar Psicológico de José Cánovas

EBP

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

JOSÉ SÁNCHEZ-CÁNOVAS

Catedrático de Personalidad, Evaluación y Tratamiento
Psicológicos. Universidad de Valencia

MANUAL

1/A 11/11/27
1261832

1. DESCRIPCIÓN

1.1. Ficha técnica

Nombre: EBP. Escala de Bienestar Psicológico

Autor: José Sánchez-Cánovas. Universidad de Valencia

Administración: Individual y colectiva

Aplicación: Adolescentes y adultos con edades comprendidas entre los 17 y los 90 años

Tipificación: Diversas muestras de varones y mujeres clasificadas por intervalos de edad.

1.2. Características generales

La Escala de Bienestar Psicológico consta de 65 ítems, con valoraciones que van desde 1 a 5. En un principio, se incluyó dentro de la escala el Inventario de Felicidad de Oxford. Posteriormente, se separaron ambos cuestionarios. Los ítems fueron redactados específicamente por el equipo de investigación teniendo en cuenta los datos aportados por el propio estudio. Algunos autores distinguen entre dos medidas del bienestar psicológico: la una, propiamente psicológica; la otra, referida al bienestar material.

consecutiva), cabe hacer una estimación independiente de cada una de las subescalas y, por ello, se ofrecen baremos por separado.

En los casos que resulte procedente la aplicación de las cuatro puede obtenerse, además de las valoraciones específicas, una global a la que todas ellas contribuyen (Escala Combinada de Bienestar Psicológico) o una puntuación ponderada a partir de los ítems con mayor valor discriminativo (Escala Ponderada). En el apartado de *Normas inter-*

Anexo 4. Test de habilidades para la vida



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA

1. Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas.
2. Me gusta transmitir mi felicidad a los demás.
3. Me siento bien conmigo mismo.
4. Todo me parece interesante.
5. Me gusta divertirme.
6. Me siento jovial.
7. Busco momentos de distracción y descanso.
8. Tengo buena suerte.
9. Estoy ilusionado/a.
10. Se me han abierto muchas puertas en mi vida
11. Me siento optimista.
12. Me siento capaz de realizar mi trabajo.
13. Creo que tengo buena salud.
14. Duermo bien y de forma tranquila.
15. Me creo útil y necesario/a para la gente.
16. Creo que me sucederán cosas agradables.
17. Creo que como persona (madre/padre, esposa/esposo, trabajador/trabajadora) he logrado lo que quería.
18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.
19. Creo que puedo superar mis errores y debilidades.

27. Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo.
 28. Creo que, generalmente, tengo buen humor.
 29. Siento que todo me va bien.
 30. Tengo confianza en mí mismo/a.
31. Vivo con cierto desahogo y bienestar
 32. Puedo decir que soy afortunado/a.
 33. Tengo una vida tranquila.
 34. Tengo lo necesario para vivir.
 35. La vida me ha sido favorable.
 36. Creo que tengo una vida asegurada, sin grandes riesgos.
 37. Creo que tengo lo necesario para vivir cómodamente.
 38. Las condiciones en que vivo son cómodas.
 39. Mi situación es relativamente próspera.

Edad Sexo ☐ V ☐ M

Profesión

Cuestionario nº 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐

(Marque el que corresponda a los cuestionarios contrastados)

12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
					</																							



Planner

By Andrés Fonseca

TAREAS SEMANALES



TAREAS PENDIENTES	✓
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>



PLANNER DIARIO

05:00	
06:00	
07:00	
08:00	
09:00	
10:00	
11:00	
12:00	
13:00	
14:00	
15:00	
16:00	
17:00	
18:00	
19:00	
20:00	
21:00	
22:00	

NO OLVIDAR

AFIRMACIONES

NOTAS

HÁBITOS

☐☐☐☐☐☐

METAS DE HOY





TRACKER DE HÁBITOS



A circular habit tracker chart. The outer ring is divided into 31 numbered segments, starting from 1 at the top and proceeding clockwise. Inside this ring are several concentric circles, creating a grid of smaller segments for tracking progress. The chart is designed to be filled in to track the completion of habits over a 31-day period.

NOTAS

