

# UCUENCA

## Universidad de Cuenca

Facultad de Psicología

Carrera de Psicología

***Niveles de bienestar psicológico según características sociodemográficas en docentes de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca, período de 2022-2023***


Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología

**Autor:**

Viviana Melanie López Alvarado

**Director:**

María de Lourdes Pacheco Salazar

ORCID:  0000-0002-8614-9265

Cuenca, Ecuador

2023-07-22

## Resumen

El bienestar psicológico se conceptualiza como el desarrollo de capacidades de cada persona y su crecimiento personal. Este puede variar según factores sociodemográficos como el género, edad, nivel socioeconómico y el estado de pareja de la persona. La docencia conlleva una suma de responsabilidades, involucra habilidades sociales y formación académica, porque la interacción con los educandos es vital para el desempeño bidireccional de ambos. Las dimensiones del desempeño docente tienen una relación proporcionalmente directa con el bienestar psicológico. Este estudio tuvo como objetivo describir los niveles de bienestar psicológico según las características sociodemográficas, en docentes de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca, período de 2022-2023. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de corte transversal y de alcance descriptivo. Se trabajó con 32 docentes de la Facultad de Jurisprudencia. Los instrumentos que se aplicaron fueron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff adaptada al español por Díaz y colaboradores, que evaluó los niveles de bienestar psicológico y una ficha sociodemográfica realizada por la autora. Como resultados más relevantes, se obtuvo que los docentes universitarios de la Facultad de Jurisprudencia tienen un adecuado nivel bienestar psicológico, ya que el 80% de la población se ubica entre un nivel alto y elevado de bienestar psicológico general. En cuanto a la posible variación de estas características sociodemográficas, los docentes hombres, adultos medios, que no tienen un contrato fijo, que están casados y han alcanzado el cuarto nivel de estudios presentan mayores niveles de bienestar psicológico global.

*Palabras clave:* salud mental, rendimiento laboral, docentes universitarios



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

Institutional Repository: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

### Abstract

The psychological well-being is conceptualized as the development of capacities of people and their personal growth. It may vary according socio-demographic factors such as gender, age, socio-economic level and the partner's status. The teaching implies a sum of liabilities, involves social abilities, academic background, since the interaction with learners is vital for the bidirectional performance between them. The teacher performance dimensions have a proportionally direct relation with the psychological well-being. This study aimed for describing the levels of the psychological well-being according the socio-demographic characteristics on teachers from Faculty of Jurisprudence of the University of Cuenca, in the period 2022-2023. The study follows a quantitative approach, with a non-experimental design, cross-sectional and a descriptive reach. Work was carried out with 32 professors from the Faculty of Jurisprudence. The instruments applied were the Ryff Scale of Psychological well-being, adapted to the Spanish by Diaz and collaborators. This scale assesses the levels of psychological well-being. The other instrument is a socio-demographic form developed by the author. The most relevant results, it was found that university teachers from Faculty of Jurisprudence have an appropriate level of psychological well-being, since the 80% of the population is placed between a high level and an elevated level of general psychological well-being. In terms of the variation of these socio-demographic characteristics, the male teachers, middle-aged adults, who do not have a permanent contract, who are married and have reached the fourth level of education, have higher levels of global psychological well-being.

*Keywords:* mental health, work performance, university teachers



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

Institutional Repository: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

**Índice de contenido**

Fundamentación Teórica	8
Proceso Metodológico	16
Participantes .....	16
Instrumentos .....	17
Procedimiento de la Investigación.....	18
Procesamiento de Datos.....	18
Aspectos Éticos .....	18
Presentación y Análisis de Resultados	20
Conclusiones y Recomendaciones	28
Referencias Bibliográficas	30
Anexos	38
Anexo A. Instrumentos	38
Anexo B. Guía de calificación por dimensiones	41
Anexo C. Consentimiento informado	42

## Índice de figuras

Figura 1. Niveles de bienestar psicológico global

20

## Índice de tablas

Tabla 1. Características sociodemográficas de los participantes	17
Tabla 2. Niveles de bienestar psicológico por dimensiones	21
Tabla 3. Niveles de bienestar psicológico según características personales	23
Tabla 4. Niveles de bienestar psicológico según características laborales	26

## **Agradecimientos y Dedicatoria**

Realizar este trabajo conllevó muchos meses de arduo esfuerzo, sería inevitable no mencionar a todas las personas involucradas en el proceso: mis queridos compañeros y amigos, mi familia, mis profesoras quienes fueron una gran guía en la elaboración de este documento y mi pareja. A cada uno de ellos les agradezco, porque en mayor o menor medida aportaron y ayudaron a que finalmente pueda concluir este último paso para culminar mi carrera universitaria. Finalmente, quisiera dedicar este trabajo, que, para mí, representa el sacrificio, esfuerzo y mérito de todos los años de carrera. A la pequeña Viviana de 10 años que soñaba con este momento, desde que era niña supe que quería estudiar Psicología, a pesar de los buenos y malos momentos que me han traído hasta donde estoy, o lo duro que pudo llegar este largo camino, en ningún momento se me cruzó por la cabeza abandonar esta meta, la verdad, sin importar lo difícil que pueda llegar a ser, no solo estudiar, sino ejercer esta profesión, jamás me he imaginado haciendo otra cosa, esto es lo que siempre he deseado hacer y finalmente, lo estoy cumpliendo.

## Fundamentación Teórica

### Etimología y conceptualización de Bienestar

La historia de la conceptualización de la palabra bienestar es amplia y compleja, de acuerdo con Constant Millán y D'Aubeterre (2011), etimológicamente, el término "Bienestar" se puede dividir en dos subterminos "bien" y "estar", estos provienen del latín bene y stare respectivamente; que significa estar en buen estado. No obstante, existen múltiples concepciones acerca de este término.

El término bienestar varía de acuerdo a las corrientes de pensamiento que lo utilizan, suele estar asociado con "satisfacción con la vida" o "calidad de vida". De acuerdo a la teoría de Seligman (2011), la palabra bienestar denota el sentirse realizado, saber desenvolverse bien en la vida, sentirse bien consigo mismo y estar satisfecho con la vida, dicho de forma sencilla, el bienestar es el estado que se alcanza cuando uno se siente y desenvuelve bien en la vida. Los filósofos griegos atenúan la concepción del bienestar como una virtud y que es su único valor final y suficiente de sí mismo (Romeiro, 2015). Mientras que Gamboa y Cortés (1999) entienden al bienestar como el conjunto de realizaciones del que dispone el individuo, es decir, los logros y actividades que tiene a su alcance.

### Componentes del Bienestar

Para Diener (1994), el bienestar se puede subdividir en tres ejes: eje subjetivo, depende de la experiencia única del sujeto; eje global, porque la persona va a evaluar todas las áreas de su vida con respecto al bienestar; y el eje positivo, porque el grado de bienestar depende de más que solo la ausencia de factores negativos. Por otro lado, Andrews y Withney (1976), aseveran que el bienestar abarca tres componentes: afectivo positivo, afectivo negativo y el componente cognitivo. Contrariamente a esta afirmación, Lucas et al. (1996), demostraron que este término estriba de mucho más que los afectos positivos y negativos del individuo.

### Teoría hedónica y teoría eudaimónica sobre el Bienestar

A continuación, se revisarán dos teorías de bienestar de acuerdo a su importancia y relevancia, basadas originalmente en los propuestos declarados por el filósofo griego, Aristóteles. En primer lugar, la teoría hedónica concibe al bienestar como un indicador de calidad de vida en base al nivel de satisfacción de la persona en relación a las características del ambiente (Campbell et al., 1976). Del mismo modo, esta satisfacción involucra un juicio global que cada persona realiza acerca de su vida (Veenhoven, 1994; Atienza et al., 2000 y Cabañero et al., 2004)

Esta teoría hedónica enfocaría al bienestar como algo subjetivo, pues, englobaría los afectos y la satisfacción con la vida, esta última entendida como la valoración a lo largo de la vida de una persona. Y los afectos, tanto positivos como negativos, deberán encontrar un equilibrio para alcanzar la felicidad mediante una experiencia inmediata (Diener, 1994).



Con respecto a la segunda teoría, la eudaimónica: el término griego eudaimonia significa felicidad. Aristóteles lo definió así en su obra "Ética a Nicómaco" (Romero et al., 2009). En esta concibe este término como aquellos sentimientos que acompañan a un comportamiento progresivo en busca del desarrollo del verdadero potencial del individuo. Este filósofo no comprende la felicidad como un estado de satisfacción pasajera, sino como un esfuerzo constante a lo largo de toda la vida (Merino, 2019).

González et al. (2017), coinciden con los supuestos teóricos mencionados por Aristóteles, según su perspectiva hedonista del bienestar, el propósito de la vida es experimentar la mayor cantidad de placer y felicidad en todos los momentos placenteros posibles. Estas experiencias y sentimientos de "expresividad personal", permiten al ser humano sentirse vivo y satisfecho, son las que caracterizan el enfoque de bienestar hedónico o bienestar subjetivo (Waterman, 1993).

A su vez, el interés por estudiar el bienestar psicológico (BP) surgió por la Psicología Positiva, cuyo principal exponente, Seligman (2000), centró sus investigaciones en los aspectos positivos en base al funcionamiento del ser humano y con su parte social. Dicho autor incluía aspectos como la felicidad, las emociones, fortalezas individuales, entre otros. Aunque antes se creía que el bienestar psicológico estaba asociado con aspectos físicos y la inteligencia, hoy se asocia con variables individuales (Diener et al., 1994).

En síntesis, se podría definir al bienestar psicológico como un conjunto de dimensiones referentes a los distintos ámbitos en los que una persona puede alcanzar el desarrollo humano (Medina-Calvillo et al., 2013). En tanto que, ha enfocado su atención en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, siendo estos los principales predictores del funcionamiento positivo del desarrollo de las personas (Díaz et al., 2006).

### **Concepciones del Bienestar Psicológico**

Las primeras concepciones de bienestar psicológico se asocian con las teorías de autorrealización de Maslow (Maslow, 1968), funcionamiento pleno (Rogers, 1989), madurez personal (Allport, 1961), teorías sobre la salud mental positiva (Jahoda, 1958) y teorías sobre el ciclo vital (Erikson, 1959). El BP se manifiesta en las personas que presentan mayor nivel de desarrollo personal, en virtud de las metas que se proponen y la capacidad de manejar de forma proporcionada en distintos contextos (García-Viniegras, 2005).

### **Teoría de Carol Ryff sobre el Bienestar Psicológico**

Carol Ryff (1989), critica las teorías que consideran al bienestar psicológico como la mera ausencia de algún malestar o patología. Pues, dejan de lado las implicaciones sobre el funcionamiento mental óptimo de la persona, el ciclo vital y el deseo de autorrealización, por tal razón, esta autora propuso un modelo multifactorial que engloba el constructo de bienestar psicológico. Este modelo abarca seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, propósito de vida y crecimiento personal. A

continuación, se hablará de cada una de ellas según distintos autores basados en la teoría original de Ryff.

### **Dimensiones del Bienestar Psicológico**

Para Noriega et al. (2017), la dimensión autoaceptación incluye el conocimiento y la aceptación de los distintos componentes que integran el yo, conteniendo tanto los aspectos positivos y los aspectos negativos". Es necesario que cada persona sea consciente de sus propias limitaciones y procurar tener actitudes positivas hacia uno mismo es una característica importante del funcionamiento psicológico positivo (Keyes et al., 2002).

Ryff (1989), señala que las relaciones positivas con otros se representan en las relaciones interpersonales que tenemos, si estas son satisfactorias y estables, pues la gente necesita entablar y mantener relaciones sociales estables y tener amigos en los que pueda confiar. Para Rodríguez y Quiñonez (2012) esta dimensión engloba la habilidad para desarrollar y mantener relaciones íntimas con otros. Según Allardt (1996), la capacidad para amar es un componente fundamental del bienestar y consiguientemente de la salud mental. Por el contrario, el aislamiento social, la pérdida de apoyo social y la soledad son factores de riesgo para reducir la longevidad y salud de una persona (Berkman, 1995; Davis et al., 1998 y House et al., 1988).

La dimensión autonomía es la capacidad de conservar la propia individualidad en distintos contextos sociales, manteniendo las propias creencias e ideologías (Ryff, 1989). De esta manera, se crea independencia y autodeterminación con el paso del tiempo, según Domínguez (2014), Ryff y Keyes (1995) y Ryff y Singer (2002), las personas con autonomía tienen la capacidad de resistir la presión social y regulan de mejor manera su comportamiento. El manejo o dominio del entorno predispone la habilidad para elegir o crear entornos que sean propicios para satisfacer los deseos y necesidades de la persona, esta destreza también forma parte del funcionamiento positivo (Díaz et al., 2006). De acuerdo con Helguero (2017), esta dimensión demuestra la capacidad para manipular e influir en el medio, adecuándolo según la utilidad que lo satisfaga y le otorga a la persona una mayor sensación de control sobre su entorno.

La dimensión del propósito de vida se refleja en tener metas realistas, claras y alcanzables, esto permite a la persona darle un sentido a la vida, a sus experiencias pasadas y experiencias futuras (Díaz et al., 2006 y Merino, 2019). De acuerdo con Massone y Urquijo (2014) es un componente esencial del bienestar.

La última dimensión, el crecimiento personal, se define como la importancia de mantenerse informado para poder desarrollar las capacidades propias en base al potencial personal en los distintos retos u obstáculos que se presenten en el transcurso de la vida (Correa et al., 2016). Es un esfuerzo constante para alcanzar el máximo en las capacidades de cada uno y seguir creciendo como persona (Keyes et al., 2002).

El modelo multidimensional de Ryff fue la base teórica de un instrumento para evaluar el bienestar psicológico. En primera instancia, se realizó un cuestionario de 80 ítems por cada dimensión. Después de ser ajustado, debido a su ambigüedad, se retomaron con 32 ítems por cada subescala. Se realizó una prueba piloto a una muestra de más de 300 adultos, de acuerdo a los análisis psicométricos el instrumento se concertó en 20 ítems por dimensión, siendo esta la versión original de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Ryff, 1989).

### **Bienestar psicológico y variables sociodemográficas**

Existen hallazgos que afirman que el nivel de bienestar psicológico podría variar según ciertas características sociodemográficas (Vivaldi y Barra, 2012). Pero, según otras investigaciones de carácter descriptivo, no obtienen diferencias significativas entre variables: sexo, edad, estado civil, número de hijos, experiencia profesional y perfeccionamiento de acuerdo al bienestar psicológico de docentes (Ferrel, 2014). A continuación, se mencionan estudios que han trabajado estas variables desde lo macro hasta lo micro.

Se han realizado diversas investigaciones que estudian la relación entre el sexo o género con respecto al bienestar psicológico, pero con resultados contradictorios. Aquellas en las que señalan que son los hombres quienes obtienen un mayor grado de bienestar psicológico en comparación con las mujeres (Nolen-Hoeksema y Rusting, 1999), específicamente en las dimensiones de dominio del entorno (Lindfors et al., 2006), propósito de vida (García, 2013), autoaceptación y autonomía (Zubieta et al., 2012; Pérez et al., 2017 y Mayordomo et al., 2016) y relaciones positivas con otros (Vivaldi y Barra, 2012 y Rodríguez et al., 2015).

Contrario a esto, de acuerdo con los estudios de Alvarado et al. (2008); Barrantes (2006); Velásquez et al. (2008) y Barrantes y Ureña (2015) las mujeres son quienes obtienen mayor porcentaje de BP en las dimensiones de crecimiento personal y relaciones positivas con otros (Ryff y Keyes, 1995; Ryff, 1989; Ryff et al., 1994; Zubieta et al., 2012), propósito de vida y autonomía (Ryff et al. 2003; García, 2013; Pérez 2012), dominio del entorno, (Zubieta y Delfino, 2010; Véliz-Burgos y Apodaca, 2012) y autoaceptación (Rodríguez et al., 2015).

Hicks et al. (2001); Pinguart y Sorensen, (2001), explica que estos resultados pueden deberse a que son las mujeres quienes tienen mayor estabilidad emocional a medida que avanza su edad. Además, tienen mayor capacidad de elegir entornos propicios para ellas, controlar e influir en los mismos porque presentan una mayor direccionalidad y metas vitales en contraste con los hombres (Zubieta y Delfino, 2010). En contradicción, Creed y Watson (2003), Martina y Castro (2000), Reig-Ferrer (2000) y Sharma (2014), sostienen que no hay diferencias significativas entre hombre y mujeres.

La investigación de Gonzales et al. (2017), concluyó que el estado civil no varía en el grado de bienestar de una persona. Por otro lado, los estudios de Papastefanou y Rojas (1997) y Vivaldi y Barra (2012), describen que aquellos que tienen pareja experimentan mayor bienestar psicológico que aquellos que no la tenían, es decir, de los participantes que estaban

divorciados o viudos. Específicamente, en las dimensiones de autonomía, crecimiento personal y dominio del entorno sobresalían aquellos con pareja, y en cuanto a relaciones positivas con otros a favor de los solteros (Zubieta et al., 2012). Al contrario, los resultados de Muratori et al. (2015), puntúan a los separados con mejores resultados en autonomía y crecimiento personal en una población argentina.

Pinguart y Sorensen (2001), afirma que los adultos mayores que están casados tienen un apoyo y validación de su pareja, contrariando a las que son divorciados, siendo más predisponentes a padecer enfermedades y por tanto, afectaría a bienestar. En concordancia con los estudios de Reyes et al (2006), el matrimonio constituye un apoyo esencial, principalmente a los hombres, concluyen que se debe a la red de apoyo social menor que representa y una dependencia hacia sus esposas en la ejecución de tareas de la casa.

El envejecimiento exitoso implica que el individuo sea capaz de integrarse y desenvolverse de manera eficaz tanto en su familia como en la sociedad, superando las barreras culturales que le impidan desarrollar todo su potencial y mantener un nivel adecuado de bienestar personal (Vivaldi y Barras, 2012). Las experiencias que el individuo adquiere en el transcurso de su vida pueden hacer que el adulto mayor se sienta realizado o, por el contrario, desesperanzado y arrinconado del resto (Vivaldi y Barra, 2012). De acuerdo a las etapas de la adultez descritas por Papalia y colaboradores (2012), adultez temprana (20 a los 40 años), adultez media (40 a los 65 años) y adultez tardía (65 años en adelante), existen cambios significativos que perturban el desarrollo de la persona, estos indicadores podrían tener relevancia en su autopercepción de bienestar.

Estudios previos revelan diferencias en los niveles de bienestar psicológico según la edad, los adultos y adultos mayores han obtenido mayores niveles de bienestar en comparación con una población adolescente (García, 2013). Los resultados arrojan diferencias significativas en la dimensión: dominio del entorno (Ryff, 2014; García, 2013 y Mayordomo et al., 2016), autonomía (Ryff et al., 2001; Ryff y Singer, 2008 y Zubieta et al., 2012), relaciones positivas con otros (Ryff y Keyes, 1995), autoaceptación (Ryff et al., 2003; Lindfors et al., 2006 y García, 2013).

Estos resultados podrían deberse a la diferencia en las causas motivacionales a lo largo de la vida (Merino, 2019). Tener un alto nivel de bienestar va a depender de una percepción positiva que permanece con el transcurso del tiempo, por el contrario, un bajo nivel de bienestar implica una disonancia entre expectativas y logros alcanzados (Pérez et al., 2017). Los adultos, por lo general, adquieren más responsabilidades lo que provoca que su bienestar psicológico se asocie con los logros alcanzados (García et al., 2018; Benatuil, 2004). Se infiere entonces, que parte del desarrollo de la adultez, el bienestar psicológico involucra una evaluación integral del sujeto (Merino, 2019).

A su vez, los adolescentes han puntuado alto en otras dimensiones. En mayor medida, aquellas que más se repiten son: el propósito de vida (Ryff, 2014; García, 2013; Lindfors et al., 2006) y crecimiento personal (Ryff, 1989; Ryff y Keyes, 1995; Ryff et al., 2003). En menor medida se han obtenido puntajes favorables para la población adolescente en relaciones positivas con otros (Mayordomo et al., 2016).

En último lugar se mencionan estudios donde aseveran que no existe una distinción de las distintas etapas de la vida con respecto al nivel de bienestar psicológico global del grupo (Carmona, 2009; Flecha, 2015; Martina y Castro, 2010; Arroyo Carrión, 2014; Véliz-Burgos y Apodaca, 2012) y en base a los puntajes de medias (Gonzales et al., 2017). A nivel de las subescalas, no se encontraron diferencias significativas en las dimensiones: autoaceptación y relaciones positivas con otros (Ryff, 1989; Ryff y Keyes, 1995).

Por otro lado, se cree que el nivel socioeconómico y los ingresos salariales tienen una relación con el bienestar y felicidad, sin embargo, existen contrariedad en cuanto a esta premisa. Papastefanou y Rojas (1997), encontraron ambivalencias en su estudio realizado en una población alemana y chilena, en la primera población no se hallaron diferencias significativas por el nivel socioeconómico en su bienestar psicológico, no obstante, en Chile si las hubo, obteniendo que aquellos con mayores ingresos también obtenían mayores niveles de BP. Vera et al. (2015), verifica la relación entre ambas variables.

Refutando estas conclusiones, están las investigaciones de Gonzales et al. (2017), quienes afirman que la variable de nivel socioeconómico no modificaría el nivel de bienestar psicológico percibido. De igual forma, Acosta y Palacios (2008), desestimó la existencia de diferencias significativas entre ambas variables, sin embargo, después de analizar individualmente cada una de las dimensiones con un nivel socioeconómico bajo; dos dimensiones se vieron afectadas: relaciones positivas con otros y crecimiento personal.

La preparación académica tiene un efecto a nivel moderado en el bienestar de las personas, así como la percepción de satisfacción con su vida (Papastefanou y Rojas, 1997). Según investigaciones realizados en España y República Dominicana revelan que mayores niveles de estudio, mayor el grado de bienestar psicológico (Tomás et al., 2009). En un estudio donde querían comprobar si existían variaciones entre el bienestar psicológico según el nivel de estudios en universitarios dividieron a los participantes en cuatro categorías (maestría, doctorado y escuela profesional) y encontraron diferencias significativas en autoaceptación, relaciones positivas con otros, dominio del entorno, propósito de vida e interacción social positiva de acuerdo a estudiantes de pregrado (Rodríguez et., 2015).

Finalmente, en las investigaciones de Flecha (2015), el nivel de estudios no repercutió en el bienestar psicológico de un individuo. De manera similar, otros estudios, no hallaron diferencias significativas en los niveles de bienestar de acuerdo a los niveles de estudios ni tampoco en relación a cada subescala del mismo (Arroyo Carrión, 2014).

### **Bienestar psicológico y docencia universitaria**

Ser docente comprende muchas responsabilidades, educan a los profesionales del mañana actuando en pro para el mejoramiento de la sociedad. A su vez, responden a las nuevas exigencias de reformas que involucran nuevas formas de trabajo (Barraza, 2006). Esta demanda social y laboral puede generar desgaste personal y profesional que afectaría de manera significativa la calidad de vida y bienestar psicológico (Vargas, 2022). Ya que, su desempeño es tan fundamental que incluso impactaría el aprendizaje de los estudiantes (León, 2019).

Al considerar al bienestar psicológico como un proceso de satisfacción vital, es natural inferir que este impacta en todos los ámbitos de una persona, por ejemplo, en el ámbito laboral. Vargas (2022) concluyó que esta correlación si existe, pues el grado de BP influye el desempeño laboral. Esta influencia, puede favorecer (efectos positivos) o agravar (efectos negativos) el bienestar laboral de un docente (Romeiro, 2015). De igual forma, Millán et al. (2017), menciona que la variable de bienestar también influencia las relaciones interpersonales que ocurren en dicho ámbito.

Otros estudios desarrollados en Latinoamérica que apoyan esta premisa, es el de Oramas et al. (2006), quienes investigaban si los procesos psicológicos estaban asociados con la autorregulación, capacidad mediadora y motivación del bienestar. Las conclusiones de los autores señalan que el bienestar psicológico es un componente protector en momentos de afrontamiento ante situaciones que lo demanden. Otro efecto positivo a mencionar, es la capacidad de amortiguamiento ante el desgaste profesional de un docente universitario (Gaxiola, 2014).

Leal-Soto et al. (2014), exploraron la relación entre prácticas docentes con efectos motivacionales dirigidas al aprendizaje y clima motivacional con el bienestar psicológico. Los autores consideran importante que analizar dicha variable facilitaría la disposición de los docentes y sus factores motivacionales dentro del proceso de aprendizaje. Por tales motivos, se recomienda continuar estudiando la variable dentro de la dirección de salud mental, modificando las características de la muestra, es decir, en todos los docentes universitarios. Pues, es de gran importancia y peso, más aún cuando el contexto laboral representa para el docente universitario el espacio en que se desenvuelve e invierte la mayor parte de su tiempo, pues cada día construye su carrera como docente (Millán et al., 2017).

Finalmente, al concluir por lo expuesto por la autora, se identifica como problema de investigación la posibilidad de que existan docentes de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca con un nivel inadecuado de bienestar psicológico, la cual resultará novedosa porque no existen estudios al respecto. Existe evidencia científica que sostiene que el bienestar psicológico de los docentes universitarios son el inicio de bienestar laboral. El estudio aportará una información valiosa a cerca del bienestar psicológico de los docentes de

la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca según sus características sociodemográficas como: edad, género, nivel socioeconómico, estado civil y grado académico; estableciendo una base de datos que servirá de punto de partida para investigaciones posteriores sobre bienestar psicológico en docentes universitarios; además de generar futuros proyectos de prevención y protección que profundicen la importancia del bienestar en docentes de la Universidad de Cuenca.

La pregunta a la que pretende responder esta investigación es: ¿Cuáles son los niveles de bienestar psicológico en docentes de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca, período 2022-2023? El objetivo general que se ha propuesto es describir los niveles de bienestar psicológico según las características sociodemográficas, en docentes de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca, período de 2022-2023. Y los objetivos específicos que se desea alcanzar son: Determinar los niveles de cada dimensión de bienestar psicológico de los docentes de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca e Identificar la dimensión de bienestar psicológico que más predominan en los docentes de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca.

### **Proceso Metodológico**

Este trabajo tuvo un enfoque cuantitativo, permite estudiar variables en un contexto determinado, así como, la medición, estimación y unificación de dichas variables, además se realiza un análisis mediante técnicas estadísticas tales como: frecuencia, porcentaje y media aritmética, con el objetivo de obtener conclusiones que puedan generalizarse (Hernández, 2018). El tipo de diseño que se utilizó fue no experimental de corte transversal, puesto que los datos se recogieron una sola vez, en un tiempo único, de igual forma el alcance que se empleó fue descriptivo, debido a que ya se conocían estudios previos acerca del fenómeno de investigación (Ramos-Galarza, 2020).

### **Participantes**

El estudio fue ejecutado en la Universidad de Cuenca, con los docentes de la Facultad de Jurisprudencia que estuvieron trabajando durante el período, 2022-2023. Del total de 44 docentes, 32 aceptaron colaborar voluntariamente en el estudio, su rango de edad estuvo comprendido entre los 35 y 66 años y con una edad media de 47. La Tabla 1. detalla más información obtenida de la ficha sociodemográfica que se les aplicó.



Tabla 1

*Características sociodemográficas de los participantes (n=32)*

Variables sociodemográficas		Frecuencia
<b>Género</b>	Mujer	15
	Hombre	16
	Otro	1
<b>Tipo de contrato</b>	Titular	8
	Contratado	24
<b>Preparación académica</b>	Tercer Nivel	0
	Cuarto Nivel	24
	Iniciando estudios doctorales	4
	Doctorado	2
	Postdoctorado	1
<b>Estado de pareja</b>	Sin pareja/ soltero	1
	Con pareja (noviazgo)	4
	Pareja ocasional	0
	Pareja de hecho	0
	Casado/a	20
	Viudo/a	0
	Divorciado/a	4
	Separado/a	2
Otro	1	

*Nota:* Elaboración propia.

### **Instrumentos**

Para la investigación se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff validada al español por Díaz et al. (2006), esta mide seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, propósito de vida y crecimiento personal y está constituida por 39 ítems cuya estructura de respuesta es una escala tipo Likert de 1 a 6, donde 1 representa 'Totalmente en desacuerdo' y 6 representa 'Totalmente de acuerdo'. Posteriormente las respuestas se suman para obtener los puntajes globales y para cada dimensión. Un puntaje por debajo de 116 puntos se considera un nivel bajo de bienestar psicológico, entre 117 y 140 es un nivel moderado, entre 141 y 175 puntos es considerado como alto y un puntaje superior a 176 puntos representa un bienestar psicológico elevado. El Alfa de Cronbach obtenida mediante una prueba de confiabilidad, radica entre 0.7 y 0.9,

correspondiendo a una alta validez para este instrumento. En tanto que la obtenida en este estudio fue de 0.7 de confiabilidad.

Adicionalmente, para la exploración de las características sociodemográficas se usó una ficha sociodemográfica que constaba de: edad, género, preparación académica, tipo de contrato y estado de pareja.

## **Procedimiento de la Investigación**

Después de haber sido aprobado el protocolo, se solicitó al Decano de la Facultad de Jurisprudencia la autorización para entrar a las juntas académicas de los docentes, y de acuerdo a la disponibilidad de los mismos, se coordinaron horarios para la aplicación de instrumentos. En dichas juntas, el consentimiento informado fue firmado por cada participante de manera física, posteriormente se les brindó las hojas que contenía el instrumento y la ficha sociodemográfica. La investigadora se mantuvo presente en todo el proceso en caso de que surgiera algún inconveniente al momento de la recolección de datos.

La recolección de datos duró un mes debido a la disponibilidad de horarios de todos los docentes. Una vez obtenida la información los datos fueron importados digitalmente a Excel para crear una base de datos.

## **Procesamiento de Datos**

A continuación, la base de datos de Excel fue importada a la plataforma de Google al programa SPSS 25. Posteriormente se realizaron pruebas de confiabilidad mediante el Alfa de Cronbach y estadísticos descriptivos: media aritmética, frecuencias y porcentajes según las diferentes variables sociodemográficas y los puntajes obtenidos de la escala de bienestar psicológico. Finalmente se generaron tablas y figuras para representar la información obtenida de acuerdo a los objetivos planteados de la investigación.

## **Aspectos Éticos**

Esta investigación partirá del cumplimiento de los principios generales éticos del American Psychological Association (APA, 2010), principio A: beneficencia y no maleficencia en el uso de datos, los resultados brindarán información pertinente para el desarrollo de intervenciones apropiadas que beneficien a la sociedad y población de estudio; principio B: fidelidad y responsabilidad para con la investigación, el manejo de datos se llevará a cabo de forma apropiada abordando adecuadamente a la población apoyándose en las normas del comportamiento profesional; principio C: integridad y honestidad en el proceso, puesto que los profesionales de la salud mental se preocupan por cumplir sus compromisos de forma transparente; principio D: justicia evitando prácticas injustas, el psicólogo clínico es consciente y forma parte de su labor que las personas involucradas en un proceso se beneficien de él, además de extender los resultados para el resto de la sociedad; principio E: respeto por los derechos y la dignidad de las personas que se presten partícipes del estudio,

todas las personas tienen sus derechos y el profesional respetará su dignidad, valor, privacidad, y confidencialidad con la aplicación del consentimiento informado.

Con base a lo señalado, se garantizará la confidencialidad y anonimato de los participantes a través del consentimiento informado, que será previamente revisado y aprobado por parte del Consejo Directivo de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. El consentimiento informado es el documento que asegura la confidencialidad, privacidad y uso de los datos obtenidos con fines únicamente de estudio, además de registrar la participación voluntaria del docente de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca.

**Presentación y Análisis de Resultados**

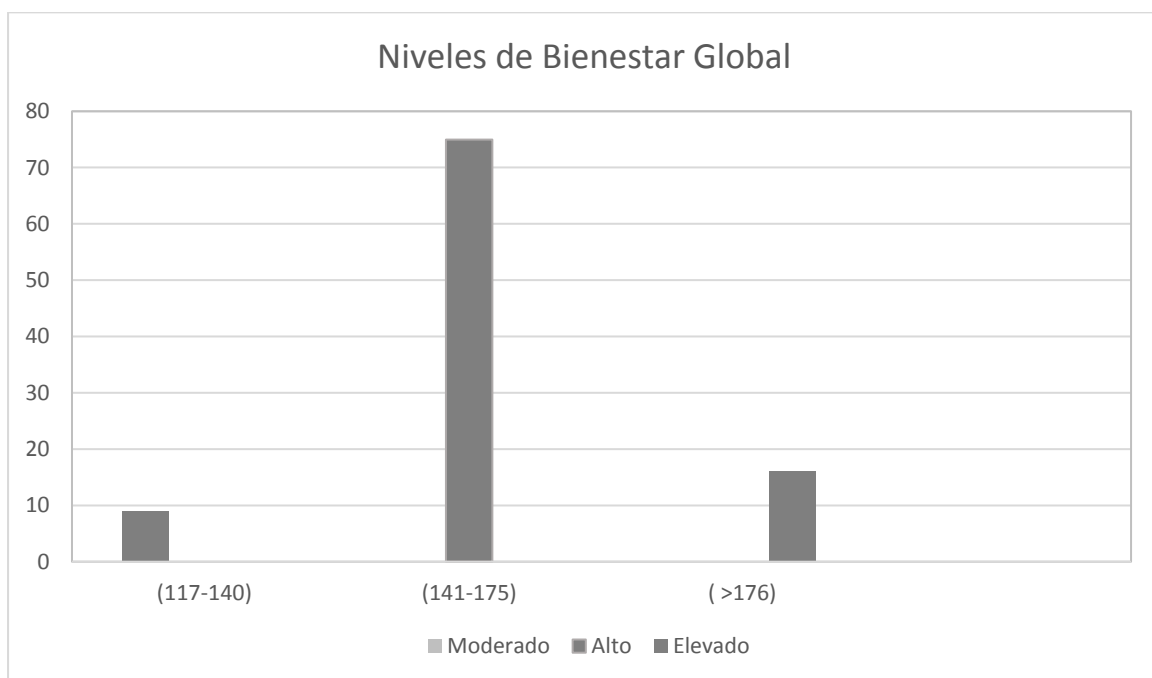
En el presente apartado se evidencian los resultados obtenidos de acuerdo con los objetivos de la investigación, para una mejor representación de la información se han usado tablas y figura. En primera instancia, se presentan los resultados que responden a los objetivos específicos para identificar los niveles de bienestar psicológico global y por dimensiones, posteriormente se exhiben los resultados del objetivo general que corresponde al nivel de bienestar psicológico según las características sociodemográficas.

**Niveles de Bienestar psicológico**

Para cumplir con el objetivo específico uno que fue determinar los niveles de bienestar global de los docentes de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca se pudo observar en la Figura 1, que 75% de los participantes, es decir 24 docentes, presentan un bienestar alto, 5 de los participantes se ubican con un bienestar psicológico elevado, que puntúa el nivel más alto de bienestar psicológico del test, y el resto, de ellos es decir tan sólo 3, obtuvieron un nivel moderado. Por tanto, se infiere que todos los docentes muestran tener un adecuado bienestar psicológico de manera global.

**Figura 1**

*Niveles de bienestar psicológico global (n=32)*



Estos resultados se pueden contrastar con una investigación realizada por Ferrel (2014) en Colombia y por Salas (2010) en Perú, los participantes de ambos estudios fueron docentes universitarios, en las que se pudo concluir que predominaban en un nivel medio de bienestar psicológico. Sin embargo, en otra investigación con semejanza de participantes, más de la

mitad de estos (52.76%), alcanzaron niveles altos de bienestar psicológico general (Millán, 2017), lo cual podría favorecer su desempeño laboral.

De igual manera, su nivel de bienestar influye en sus relaciones interpersonales que se desarrollan dentro de su área de trabajo (Millán et al., 2017), a su vez, permite fortalecer otros procesos psicológicos como la autorregulación y motivación personal de acuerdo con estos autores. En concordancia con el nivel de bienestar psicológico alcanzado por los docentes, su aptitud para afrontar situaciones demandantes y la capacidad de amortiguamiento antes un desgaste laboral también se vería beneficiada (Gaxiola, 2014).

### Nivel de bienestar psicológico por dimensiones

Para explicar los resultados del segundo objetivo específico que fue, identificar la dimensión del bienestar psicológico que más predominan en los docentes de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca, en la Tabla 2., se exhiben los niveles de BP según las dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito de vida. Estas están divididas en nivel *bajo*, *medio* y *alto* de bienestar. Se exhiben las medias encontradas por cada dimensión del instrumento.

**Tabla 2**

*Niveles de bienestar psicológico por dimensiones (n=32)*

<b>Dimensiones</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
Autoaceptación	2.53	.50	0	15	17
Relaciones positivas con otros	1.65	.70	15	13	4
Autonomía	1.71	.63	12	17	3
Dominio del entorno	2.37	.49	0	20	12
Crecimiento personal	2.18	.39	0	26	6
Propósito de vida	2.93	.24	0	2	30

*Nota:* Elaboración propia.

Según los datos recolectados, los participantes puntúan alto en propósito de vida y en autoaceptación, estos resultados son similares a una investigación realizada en Colombia por Ferrel et al., (2014) donde las dimensiones predominantes de un grupo de docentes universitarios fueron relaciones positivas con otros y autoaceptación. Al analizar la dimensión predominante en ambas investigaciones, autoaceptación, se puede inferir que los docentes tienen actitudes positivas hacia sí mismos, y a su vez, están conscientes de sus limitaciones (Keyes et al., 2002).

**Niveles de bienestar psicológico según características sociodemográficas.**

Los resultados pertenecientes al objetivo general de la investigación, que fue describir los niveles de bienestar psicológico según las características sociodemográficas en docentes de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca, período de 2022-2023, se evidencian en dos tablas. Estas están divididas en características personales, abarcando el estado de pareja, la edad y el género, y la segunda tabla que presenta las características laborales, incluye el tipo de contrato y la preparación académica de los participantes.

**Características personales**

En la Tabla 3 que corresponde a las características personales, se observa que aquellos que obtuvieron un nivel elevado, la mayoría fueron los participantes con estado civil: casado/a. Estos resultados son similares a los de Papastefanou y Rojas (1997) y Vivaldi y Barra (2012), cuyos participantes con pareja alcanzaron un mayor bienestar psicológico, al contrario de aquellos que estaban divorciados o viudos. Sin embargo, de acuerdo con Gonzales et al. (2017), describen niveles de bienestar muy similar entre casados, solteros, divorciados y parejas en convivencia.

Tabla 3

*Niveles de bienestar psicológico según características personales (n=32)*

<b>Características personales</b>	<b>Moderado</b>	<b>Alto</b>	<b>Elevado</b>	<b>Total</b>
<b>Estado de pareja</b>				
Sin pareja	0	1	0	1
Con pareja	0	4	0	4
Casado/a	1	16	3	20
Divorciado/a	2	1	1	4
Separado/a	0	1	1	2
Otro	0	1	0	1
<b>Edad</b>				
20-40	1	5	1	7
41-65	2	17	4	23
+66	0	2	0	2
<b>Género</b>				
Mujer	2	10	3	15
Hombre	1	13	2	16
Otro	0	1	0	1

*Nota:* Elaboración propia.

Los datos recolectados en la presente investigación con relación a esta variable pueden deberse a que una pareja simboliza una red de apoyo para la persona, eso podría explicar porque obtuvieron mayor bienestar en comparación con aquellos docentes que no se encontraban actualmente en una relación. Según Garzón (2020), y los datos cualitativos recogidos en su estudio, los participantes sin pareja percibían su situación sentimental más beneficiosa que aquellos que tenían pareja, pues consideraban que poseían más libertad que aquellos que se encontraban en una relación.

Al analizar individualmente cada dimensión, aquellas con puntajes altos son: propósito de vida y autoaceptación, destacando dentro de estas que quienes las obtuvieron fueron los docentes con estado civil: casado, es decir, que, de acuerdo a este estudio, dichos participantes han establecido metas que dan sentido a su vida (Merino, 2019). A su vez, la segunda dimensión predominante demuestra su habilidad de autoconocimiento de los aspectos positivos y negativos que conforman su yo (Ryff, 1998). Por otro lado, los docentes que no se encuentran en una relación sentimental, no deben mediar con una pareja acerca

de elementos cotidianos y personales de su propia convivencia, lo que podría revelar las puntuaciones más bajas en esta dimensión (Vivaldi, 2012).

Estos resultados son distintos con el estudio de Garzón (2020), en la que además de la dimensión de autonomía, las personas casadas obtuvieron altos puntajes en dominio del entorno, se infiera que tienen un sentido de dominio y competencia en el manejo del medio ambiente, que controlan un conjunto complejo de actividades externas y hacen uso óptimo de las oportunidades de su alrededor, siendo capaces de elegir o crear contextos propicios (Ryff, 1998), lo cual permite hipotetizar que las diferencias en estas puntuaciones se deban a la oportunidad de desarrollar, en el matrimonio, ambientes favorables, tanto para el desarrollo personal como para la pareja, lo que no sucede en las personas que se mantienen en una relación sin la presencia de cohabitación.

De igual manera, la tercera dimensión predominante en personas con pareja fue crecimiento personal. Según el estudio de Garzón (2020), el tiempo de relación de la mayoría de los participantes era inferior a cinco años, de acuerdo a los resultados cualitativos, por lo cual, puede evidenciarse un sentido de crecimiento tanto personal como de la pareja. En concordancia con otras investigaciones, como la de Zubieta et al. (2012), autonomía, crecimiento personal y dominio del entorno sobresalen para las personas con pareja. Y, por el contrario, para las personas solteras su dimensión predominante fue relaciones positivas con otros, discrepándose con los resultados de este estudio.

Con respecto a la variable edad, la mayoría de la población que se encuentra dentro de la adultez media, alcanzaron un mayor bienestar psicológico a diferencia de los adultos tempranos y adultos tardíos. Así como en el estudio de García (2013), los adultos y adultos mayores consiguieron un nivel más alto que una población más joven, estos resultados podrían deberse al hecho de que tener una percepción positiva a lo largo de la vida influiría a la tendencia de conseguir un mayor bienestar psicológico. Conforme las personas avanzan en edad, adquieren más responsabilidades y una mayor cantidad de logros alcanzados, lo que se asocia con un incremento en el bienestar psicológico en comparación de los participantes más jóvenes (García et al., 2018).

En el presente trabajo, los de menor rango de edad sobresalen en la dimensión: relaciones positivas con otros y propósito de vida, a comparación de los docentes de más de 65 años. Según los datos recolectados por Lindfors et al. (2006) la mayoría de la población más joven de sus participantes puntuó alto en las dimensiones de propósito de vida, similar a los resultados de este estudio. De igual manera, hay que destacar resultados semejantes obtenidos en el estudio de Mayordomo et al. (2016), en la que, en menor proporción también consiguieron puntajes favorables en relaciones positivas con otros. Mientras que, en esta investigación, el 65.6% de la población (N=21) dentro de la adultez media tienen niveles muy altos en casi todas las dimensiones de bienestar psicológico, esto puede deducirse, de



acuerdo a la teoría de Papalia, que se debe a que en esta edad los adultos alcanzan su máximo nivel de habilidades cognitivas.

En relación al género, los hombres en su mayoría puntuaron con un nivel alto en comparación de las mujeres y a la categoría de *otro*, estos datos son semejantes a los de Nolen-Hoeksema y Rusting, (1999), los cuales podrían explicarse por una posible influencia negativa en los patrones de socialización y los roles de género predisponentes por el contexto socio-cultural en que se desarrollaron las investigaciones, sin embargo, en el nivel elevado, hay más mujeres que hombres, estos datos no se pueden extrapolar, pues la diferencia es baja y depende de otros factores multicausales. Por otro lado, en las investigaciones de Barrantes y Ureña (2015) y Del Valle et al. (2015), las mujeres alcanzaron mayor bienestar psicológico; es importante mencionar que ambos estudios fueron realizados en Latinoamérica de manera similar al presente estudio.

De acuerdo al análisis individual por dimensión, se evidencia que las mujeres predominan en autonomía y crecimiento personal al contrario que el resto de la muestra, estos datos se asemejan con las conclusiones de Roothman et al. (2003) y Zubieta et al. (2012), quienes afirman que las mujeres obtienen mayores niveles de bienestar de crecimiento personal y relaciones positivas y los hombres describen altas puntuaciones en las áreas de autonomía y autoaceptación.

Puesto que las conclusiones en las distintas investigaciones que manejan la variable: género o sexo con respecto al bienestar han sido contradictorias, se pueden mencionar otros aportes. Según la Organización Mundial de la Salud el género es un determinante del estado de salud mental debido a la desigualdad en los roles de género prescritos en la sociedad el cuál favorece más a los hombres (Organización Mundial de la Salud, 2017). Desde el enfoque interseccional, estas diferencias crean limitaciones en el desarrollo personal y, en consecuencia, es un influyente en la percepción de bienestar psicológico, especialmente en mujeres (GENEVA, 2008).

### **Características laborales**

Finalmente, en lo referente a las características laborales, en la Tabla 4., se evidencian a través de las variables: preparación académica y tipo de contrato. De acuerdo a los datos recolectados la mayoría de los participantes tienen un nivel alto de bienestar psicológico. Específicamente los docentes que tienen su doctorado terminado se posicionan en un nivel alto, de manera similar los participantes que no poseen un contrato fijo dentro de la universidad presentaron niveles más altos de bienestar psicológico, siendo esta la categoría la de mayor frecuencia de los participantes.

Tabla 4

*Niveles de bienestar psicológico según características laborales (n=32)*

<b>Características Laborales</b>	<b>Moderado</b>	<b>Alto</b>	<b>Elevado</b>	<b>Total</b>
<b>Preparación académica</b>				
Cuarto nivel	3	18	4	25
Iniciando estudios doctorales	0	3	1	4
Doctorado	0	2	0	2
Post doctorado	0	1	0	1
<b>Tipo de contrato</b>				
Titular	0	6	2	8
Contratado	3	18	3	24

*Nota:* Elaboración propia.

Estos resultados se contradicen con la investigación de Papastefanou y Rojas (1997), en una población chilena, que dice que las personas con mayores ingresos económicos presentan mayor prevalencia a tener un mayor bienestar psicológico, en esta investigación los docentes contratados son quienes obtienen un nivel alto en mayor proporción que los titulares, esto puede deberse a que son los docentes sin un contrato fijo no experimentan tanta presión debido a la corta permanencia dentro de la universidad a comparación de los docentes titulares (Goodman, 2014).

Los docentes titulares, al tener un contrato más estable y extenso han de poseer más responsabilidades y diferencias en cuanto a la duración de los horarios de trabajo, siendo estos superiores que a la de los docentes que no poseen un contrato permanente, pues sus itinerarios laborales tienen más limitaciones y son de menor duración. Esto podría ser tomado como un beneficio, al usar el tiempo extra disponible para desenvolverse en otras actividades, por ejemplo: un segundo trabajo, pasatiempos, tiempo de calidad en compañía de otros (Rodríguez y de Rivas, 2011). No obstante, la incertidumbre ante la falta de estabilidad laboral incumbiría en el bienestar al trabajador y en la motivación para mejorar el desempeño laboral al tener asegurado el puesto de trabajo (Reyes, 2017).

En una investigación con similitud de participantes, se analizaron individualmente cada una de las dimensiones en los participantes con un nivel socioeconómico bajo, dos dimensiones se vieron afectadas: relaciones positivas con otros y crecimiento personal (Acosta y Palacios, 2008). De manera similar, en esta investigación cuatro de las seis personas que obtuvieron puntajes altos, figuran en la dimensión de crecimiento personal. En adición, los docentes que no poseen un contrato fijo tienen mayores puntajes en dominio del entorno y propósito de vida a comparación de los docentes titulares.

Con respecto a la preparación académica, los docentes que concluyeron sus estudios hasta cuarto nivel presentan niveles altos de bienestar psicológico a comparación de las categorías más altas de estudios. Según investigaciones, el nivel de estudios es un factor protector, pero a su vez, pese a sus beneficios, requiere más demandas, lo cual podría afectar en la salud mental, sobre todo en las primeras etapas de la adultez, pues conlleva un proceso de transición (Rojas et al., 2019). Así mismo, el inicio para el alcance de un alto nivel de estudios, se puede asociar a inconsistencias o desajustes entre las altas expectativas, mayores o mejores oportunidades de trabajo confrontándose con la realidad misma de una conformidad de empleo fijo y seguro.

De acuerdo a las investigaciones de González et al. (2017) y de Tomás et al. (2009) realizadas en España y República Dominicana, exhiben que un mayor nivel de bienestar psicológico corresponde a un mayor nivel de estudios. Dichos resultados coinciden con los obtenidos en el presente trabajo, pues un doctorado terminado es uno de los niveles más alto de estudios dentro de la población. El nivel de preparación académica puede ser considerado una meta de vida importante, es decir, simbolizaría un logro de vida alcanzado, por tanto, a mayor nivel de estudios terminado, mayor satisfacción con respecto a esta área y por consiguiente un mayor nivel de bienestar psicológico percibido por los docentes (Merino, 2019).

### Conclusiones y Recomendaciones

Después del análisis de los datos obtenidos en el apartado de presentación y análisis de resultados, para responder a los dos objetivos específicos y en relación al objetivo general y la pregunta de investigación planteados en el estudio, se obtuvieron las siguientes conclusiones.

Con respecto al primer objetivo específico, se concluye que más de la mitad de los docentes de Jurisprudencia tienen un bienestar psicológico global adecuado, entre estos se han ubicado más de la mayoría en un bienestar alto y en menor porcentaje con un bienestar elevado, lo que implica un alto deseo de crecimiento personal, así como una tendencia hacia la autorrealización, y el desarrollo del máximo potencial de sus habilidades.

De acuerdo a un análisis individual, es decir lo que corresponde al segundo objetivo específico, se evidenció que la dimensión predominante fue propósito de vida, desde la Logoterapia de Victor Frankl (2003), implica una responsabilidad para con nosotros mismos y la principal motivación para el ser humano, el estar decididos a lograr algo y luchar por aquello que deseamos. Por otro lado, en congruencia con las medias obtenidas, la más alta pertenece a la dimensión: autoaceptación, que para Ryff (1989) discrepa de un concepto mero de autoestima, sino el autoconocimiento ligado a una percepción precisa de las propias motivaciones para alcanzar una perspectiva positiva de sí mismo.

Finalmente, con respecto al objetivo general, se encontró como resultados más relevantes que los participantes con una relación sentimental o con un compromiso son más predisponentes a obtener un bienestar psicológico mayor, lo cual se contrasta con los estudios en países europeos como Alemania (Papastefanou y Rojas, 1997) y Noruega (Reneflot y Mamelund, 2012) y en países latinoamericanos como Chile (Vivaldi, 2012) y Colombia (Ferrel, 2014). Los adultos medios, a comparación de los adultos tempranos tienen mayores niveles de bienestar psicológico, de acuerdo a la literatura en esta etapa su bienestar está ligado al éxito, la suma de sus logros y las causas motivacionales basadas en la generatividad: procreatividad, productividad y creatividad (Erikson, 2000).

De manera general, las mujeres obtuvieron mayor bienestar que los hombres, en tres de las seis dimensiones de la escala, lo que podría representar que experimentan una mayor capacidad para elegir entornos favorables y una mayor direccionalidad en sus objetivos de vida. Todos los docentes que tienen un título superior al cuarto nivel tienen un bienestar psicológico ubicado entre alto y elevado, lo que significaría que, tanto en la esfera individual como colectivo, las condiciones académicas repercuten de manera positiva en su BP. Y aquellos participantes que afirmaron tener un contrato no fijo en la universidad destacan en la dimensión dominio del entorno y propósito de vida que subyace en la habilidad de adaptación y buen manejo de distintos ámbitos y la motivación de su sentido de crecimiento personal.

La pregunta de investigación planteada por la autora fue respondida mediante los resultados expuestos en el apartado anterior, esto se adhiere al problema de investigación propuesto, pues ya se conoce el nivel de bienestar psicológico actual de los docentes universitarios, aunque este corroboró como alto, es fundamental mantener el foco de investigación en esta población, que pretende el beneficio de los mismos y un enfoque más profundo en la importancia y relevancia de la salud mental en los trabajadores de enseñanza actuales.

Las conclusiones obtenidas en el presente trabajo pueden llevar a un punto de partida para futuras investigaciones, pero se recomienda principalmente un estudio más amplio considerando a todos los docentes de la Universidad de Cuenca o a su vez, en otras instituciones de educación superior tanto públicas como privadas, pues el número de participantes fue la principal limitación para extrapolar conclusiones. También se sugiere estudiar la relación del bienestar psicológico y otras variables personales: orientación sexual, etnia, religión, entre otros, otras variables laborales como el tiempo de carga horaria, síndrome de burnout, número de estudiantes por docente, años de experiencia laboral.

Es importante mencionar, las limitaciones en cuánto al tiempo en el momento de la recolección de datos, pues al ser docentes, la autorización concedida por el decano de la facultad, no concebía tiempo extra, fuera de su itinerario normal en las juntas académicas. Tampoco se tuvo en cuenta la falta de asistencia de algunos docentes a estas reuniones, dichas ausencias dificultaron la recolección de datos de una manera más eficiente y breve. En base a esto, se sugiere coordinar un horario y tiempo específico, conjuntamente con las autoridades a cargo de los docentes, que sea explícitamente dedicado a la aplicación de los instrumentos de investigación.

Por último, se recomienda que las próximas investigaciones que pretendan replicar el tema de este estudio, tengan un alcance de tipo correlacional y/o comparativo, para obtener resultados más significativos que aporten de manera más amplia el conocimiento en el tema del presente estudio. Por lo cual, es favorable que identifiquen una muestra más homogénea en cuánto a características de los participantes, y beneficien las conclusiones de esos futuros estudios.

**Referencias Bibliográficas**

- Acosta, C., y Palacios, N. (2008). Situación económica y bienestar psicológico en adultos mayores de Balancán, Tabasco. *Horizonte Sanitario*, 7(3), 9–19.
- Andrews, F., & Withey, S. (1976). Social indicators of well being: American's perceptions of life quality. *New York: Plenum*
- Alvarado, B., Zunzunegui, M., Béland, F., & Bamvita, J. (2008). Life course social and health conditions linked to frailty in Latin American older men and women. *Journals of Gerontology: Medical Sciences*, 63, 1399-1406.
- Allardt, E. (1996). Tener, amar, ser: una alternativa al modelo sueco de investigación sobre el bienestar. En M. Nussbaum y A. Sen (comps.), *La calidad de vida* (pp. 126-134). México: F.C.E
- Allport, G. (1961). *Pattern and Growth in personality*. New York: Holt.
- Arroyo-Carrión, K. (2014). *Validación y adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en una muestra de adultos mayores (Disertación doctoral inédita)*. Universidad Carlos Albizu, San Juan, Puerto Rico.
- Atienza, F., Pons, D., Balaguer, I., y García-Merita, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12, 314-319.
- Barrantes, K., y Ureña, P. (2015). Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17(1), 101-123.
- Barraza, S., (2006). El bienestar psicológico de los docentes. *Instituto Universitario Anglo Español*.
- Barrantes, M. (2006). Género, vejez y salud. *Acta Bioethica*, 12, 193-197.
- Berkman, L. F. (1995). The role of social relations in health promotion. *Psychosomatic Medicine*, 57, 245-254
- Benatuil, D. (2004). El bienestar psicológico en adolescente desde una perspectiva cualitativa. *Psicodebate*, (3), 43-58.  
<https://dSPACE.palermo.edu/ojs/index.php/psicodebate/article/view/502/297>
- Cabañero, M<sup>a</sup> J., Richard, M., Cabrero, J., Orts, M<sup>a</sup> I., Reig, A., y Tosal, B. (2004). Fiabilidad y validez de una Escala de Satisfacción con la Vida de Diener en una muestra de mujeres embarazadas y puérperas. *Psicothema*, 16, 448-455.
- Carmona, S. E. (2009). El bienestar personal en el envejecimiento. *Revista de Ciencias Sociales de la Universidad Iberoamericana*, 4(7), 48-65.
- Campbell, A., Converse, P. E., y Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life: perceptions, evaluations and satisfactions*. Russel Sage Foundation, New York: Wiley.

- Constant Millán, A., y D'Aubeterre, M. (2011). Validación de la Escala de Bienestar Psicológico en una muestra multiocupacional venezolana. *Revista CES Psicología*, 4(1), 52–71. <http://www.redalyc.org/pdf/4235/423539418005.pdf>
- Correa, A., Cuevas, M., y Villaseñor, M. (2016). Bienestar psicológico, metas y rendimiento académico. *Vertientes Revista Especializada en Ciencias de la Salud*, 19(1), 29-34. <http://www.medigraphic.com/pdfs/vertientes/vre-2016/vre161d.pdf>
- Creed, P. A., & Watson, T. (2003). Age, gender, psychological wellbeing and the impact of losing the latent and manifest benefits of employment in unemployed people. *Australian Journal of Psychology*, 55(2), 95-103.
- Davis, M. H., Morris, M. M., & Kraus, L. A. (1998). Relationship-specific and global perception of social support: Associations with well-being and attachments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 468-481.
- Del Valle, M. V., Hormaechea, F., y Urquijo, S. (2015). El bienestar psicológico: diferencias según sexo en estudiantes universitarios y diferencias con población general. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(3), 6-13.
- Department of Gender Women and Health: GENEVA. (2008). Strategy for integrating gender analysis and actions into the work of WHO.
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., y Dierendonck, D. (2006). *Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff*. 18(3), 572-577.
- Diener, E. (1994). El bienestar subjetivo. *Intervención Psicosocial*, 3, 67-113.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Domínguez, S., (2014). Psychometric analysis of psychological well-being scale for adults in college students from lima: a structural equation approach. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 8(1), 23-31. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1900-23862014000100003](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862014000100003)
- Erickson, E. H. (1959). Identity and the life cycle: Selected papers. *Psychological Issues*, 1, 1-171.
- Erickson, E.H. (2000). El ciclo vital completado. Barcelona: Paidós.
- Frankl, V. E. (2003). Lo que no está escrito en mis libros: Memorias 2ed. Buenos Aires: San Pablo.
- Ferrel, F., Thomas, J., Solano, A., Redondo, E., y Ferrel, L. (2014). Bienestar Psicológico en profesores de una Universidad Privada del Distrito de Santa Marta, Colombia. *Cultura Educación Y Sociedad*, 5(2), 61–76.

- Flecha, A. C. (2015). Bienestar psicológico subjetivo y personas mayores residentes. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 25(1), 319-341.
- Gamboa, L. y Cortés, D. (1999). Una discusión en torno al concepto de Bienestar. <https://ideas.repec.org/p/col/000091/003708.html>
- García-Alandete, J. (2013). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *Salud y Sociedad*, 4(1), 48-58. <http://www.redalyc.org/pdf/4397/439742471004.pdf>
- García-Alandete, J., Martínez, E., Sellés Nohales, P., y Soucase Lozano, B. (2018). Sentido de vida y bienestar psicológico en adultos emergentes españoles. <https://repository.ucatolica.edu.co/handle/10983/15632>
- García-Viniegras, C. (2005). El bienestar psicológico: Dimensión subjetiva de la calidad de vida. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 8(2), 20. <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol8num2/art1vol8no2.pdf>
- Gaxiola-villa, E. (2014). Bienestar Psicológico Y Desgaste Profesional [ Dp ] En. *Journal of Behavior, Health and Social Issues*, 6(1), 79–88.
- Garzón-Velandia, D.C. (2020). Bienestar Psicológico ¿Mejor soltero, en una relación o casado?. *Informes Psicológicos*, 20(2), pp. 41-53
- Goodman, M. (2014, 07 de agosto). Trabajar menos horas ¿Incrementa la productividad?. *BBC News Mundo*.
- González, J., Quintero-Jiménez, N., Veray-Alicea, J., y Rosario-Rodríguez, A. (2017) Adaptación y Validación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en una Muestra de Adultos Puertorriqueños. [https://www.researchgate.net/profile/Juan\\_GonzalezRivera2/publication/311965604\\_Adaptacion\\_y\\_Validacion\\_de\\_la\\_Escala\\_de\\_Bienestar\\_Psicologico\\_de\\_Ryff\\_en\\_una\\_Muestra\\_de\\_Adultos\\_Puertorriquenos/links/58656ed408\\_aebf17d397f50f/Adaptacion-y-Validacion-de-la-Escala-de-Bienestar-Psicologico-deRyff-en-una-Muestra-de-Adultos-Puertorriquenos.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Juan_GonzalezRivera2/publication/311965604_Adaptacion_y_Validacion_de_la_Escala_de_Bienestar_Psicologico_de_Ryff_en_una_Muestra_de_Adultos_Puertorriquenos/links/58656ed408_aebf17d397f50f/Adaptacion-y-Validacion-de-la-Escala-de-Bienestar-Psicologico-deRyff-en-una-Muestra-de-Adultos-Puertorriquenos.pdf)
- Helguero, E. (2017). Relación entre autoestima y el bienestar psicológico en los estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa República del Perú–Tumbes 2016. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/1680>
- Hernández. Sampieri, R y Mendoza, C (2018). Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.
- Hicks, J., Epperly, L., & Barnes, K. (2001). Gender, emotional support, and well-being among the rural elderly. *Sex Roles*, 45, 15-30.
- House, J. S., Landis, K. R., & Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science*, 241, 540-545
- Jahoda, M. (1958). *Current Concepts of Positive Mental Health*. Basic Books, Nueva York.



- Keyes, C., Ryff, C., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022
- León, K., y Monzón, R., (2019). Bienestar psicológico y Síndrome de Burnout en docentes de las instituciones educativas de Jornada Escolar Completa de Dos Distritos de la Provincia de Cajamarca en 2017. *Revista perspectiva* 20 (3).
- Leal-Soto, F., Dávila, J. y Valdivia, Y. (2014). Bienestar psicológico y prácticas docentes con efectos motivacionales orientadas al aprendizaje. *Universitas Psychologica*, 13(3), 15-23.
- Lucas, R. E., Diener, E. & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- Lindfors, P., Berntsson, L. & Lundberg, U. (2006). Factor structure of Ryff's psychological well-being scales in Swedish female and male white-collar workers. *Personality and Individual Differences*, 40(6), 1213-1222.
- Noriega, C., Velasco, C., Pérez-Rojo, G., Carretero, I., Chulián, A., y López, J. (2017). Calidad de Vida, Bienestar Psicológico y Valores en Personas Mayores Quality of Life, WellBeing and Values in older people. *Revista Clínica Contemporánea*, 8(e1), 1-13. <https://www.cop-cv.org/db/docu/170623091852u8mvU8sRpqiH.pdf>
- Nolen-Hoeksema, S., & Rusting, C. L. (1999). Gender Differences in Well Being. En D. Kahneman, E. Diener y N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of Hedonic Psychology* (pp. 330- 352). New York: Russell Sage Foundation.
- Martina, M., y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1), 35-68. <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840/6974>
- Massone, A., y Urquijo, S. (2014). Bienestar psicológico en estudiantes de la Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina, según la edad y el género. *Salud y Sociedad*, 5(3), 274-280. <http://www.redalyc.org/pdf/4397/439742476003.pdf>
- Maslow, A. (1968). Toward a Psychology of Being. <https://faculty.sfcc.spokane.edu/InetShare/AutoWebs/kimt/maslow%20-%20psych%20of%20health%20into.pdf>
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E., y Meléndez, J. C. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento Psicológico*, 14(2), 101-112.
- Medina-Calvillo, M., Gutiérrez-Hernández, C., y Padrós-Blázquez, F. (2013). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Ryff en población mexicana. *Revista Educación Desarrollo*, 27, 25-30. [https://www.researchgate.net/profile/Ferran\\_Padros/publication/303936589\\_Adaptacion](https://www.researchgate.net/profile/Ferran_Padros/publication/303936589_Adaptacion)

[y estudio psicométrico de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en población mexicana/links/575efd9608ae414b8e5483e1.pdf](https://www.repositorio.ucuenca.edu.ec/bitstream/handle/575efd9608ae414b8e5483e1.pdf)

- Merino, F. (2019). Adaptación lingüística y baremación de la escala de bienestar psicológico de Ryff al contexto de la población ecuatoriana. (Issue Marzo). Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Millán, A., Calvanese, N., y D'Aubeterre, M. E. (2017). Condiciones de trabajo, estrés laboral, dependencia universitaria y bienestar psicológico en docentes universitarios. *REDU. Revista de Docencia Universitaria*, 15(1), 195.
- Muratori, M., Zubieta, E., Ubillós, S., González, J. L., y Bobowik, M. (2015). Felicidad y bienestar psicológico: Estudio comparativo entre Argentina y España. *Psykhé (Santiago)*, 24(2), 1-18.
- Nolen-Hoeksema, S., & Rusting, C. L. (1999). Gender Differences in Well Being. En D. Kahneman, E. Diener y N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of Hedonic Psychology* (pp. 330- 352). New York: Russell Sage Foundation.
- Oramas, A., Santana, S., y Vergara, A. (2006). El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 7(1), 34-39
- Organización Mundial de la Salud (2017). Más sano, más seguro, más justo: la travesía de la salud mundial.  
<http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/259204/9789243512365-spa.pdf?sequence=1>
- Papalia, D., Feldman, R., y Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano*. México: MCGraw Hill education.
- Papastefanou, G., & Rojas, O. (1997). Comparative analysis of sociodemographic effects on subjective well-being in Westgermany and in Chile. *Mannheim, Germany*.  
[http://www.gesis.org/fileadmin/upload/forschung/publikationen/gesis\\_reihen/zuma\\_arbeitsberichte/97\\_02.pdf](http://www.gesis.org/fileadmin/upload/forschung/publikationen/gesis_reihen/zuma_arbeitsberichte/97_02.pdf)
- Perez, G., Estarada, S., Pacheco, L., García, L., y Tuz, M. (2017). Bienestar psicológico y satisfacción sexual en personas de 40 a 70 años de edad. *Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas*. 6(11) C.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=503954319011>
- Pinguart, M., & Sorensen, S. (2001). Gender differences in self-concept and psychological well-being in old age: A meta-analysis. *Journal of Gerontology*, 56, 195-214.
- Perez, J. A. (2012). Gender difference in Psychological Well-being among Filipino College Students Samples. *International Journal of Humanities and Social Science*, 13(2), 84-93.
- Ramos-Galarza, C. (2020) Los alcances de una investigación Julio – Diciembre de 2020

- Roothman, B, Kirsten, D. K., & Wissing, M. P. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 33(4), 212-218
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C., & Singer, B. (2002). From social structure to biology. En C. Snyder y A. López (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 63-73). Londres: Oxford University Press
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719- 727.
- Ryan, R., & Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39.
- Ryff, C. D., Lee, Y. H., Essex, M. J., & Schmutte, P. S. (1994). My children and me: Midlife evaluations of grown children of self. *Psychology and Aging*, 9(2), 195-205.
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. M., & Hughes, D. L. (2003) Status Inequalities, Perceived Discrimination, and Eudaimonic WellBeing: Do the Challenges of Minority Life Hone Purpose and Growth? *Journal of Health and Social Behavior*, 44(3), 275–291.
- Reyes, C., Camacho, M., Eschbach, K., y Markides, K. (2006). El contexto de la familia y el vecindario en la salud de los ancianos del estudio EPESE hispano. *Colombia Médica*, 37, 45-49.
- Reyes, S. (2017). Influencia de la estabilidad laboral en el desempeño de los servidores públicos en el Ministerio de Salud Pública. <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6155/1/T2585-MDTH-Reyes-La%20influencia.pdf>
- Romeiro, S. (2015). Bienestar psicológico y laboral en los docentes: un estudio empírico correlacional. *ARANDU-UTIC-Revista Científica Internacional*, 2(1), 123–148. [http://www.utic.edu.py/revista.ojs/revistas/2/sandra\\_romeiro\\_2.pdf](http://www.utic.edu.py/revista.ojs/revistas/2/sandra_romeiro_2.pdf)
- Rodríguez, Y., Negrón, N., Maldonado, Y., Quiñones, A., y Osorio, N. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio universitario. 33(1), 31–43. <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v33n1/v33n1a03.pdf>
- Reig-Ferrer, A. (2000). Psicología de la vejez, comportamiento y adaptación. En Fernández Ballesteros, R. *Gerontología social* (201-223). Madrid, Pirámide.
- Rodríguez, Y., y Quiñones, A. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot (Etapa IV-Colección completa)*, 5(1), 7-17.

- Rodríguez, R., y De Rivas, A. (2011). Los procesos de estrés laboral y desgaste profesional (burnout): diferenciación, actualización y líneas de intervención. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 57(1). 2-256.
- Romero, A., García, A., y Brusted, J. (2009). Estado del arte y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en psicología del deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(2). 335-347.
- Rothman, B., Kirsten, D., & Wissing, M. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 33(4), 212-218.
- Rojas, G., Martínez, V., y Jiménez, A. (2019). Problemas de salud mental en estudiantes universitarios.
- Rogers, C. y Rosenberg, R. (1989), *La persona como centro*. Barcelona: Herder. Traducido por Diorki [ed. orig. 1977].
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive psychology: An introduction* (Vol. 55, No. 1, p. 5). American Psychological Association. <http://www.bdpq.us.de/qus/Positive-Psychologie-Aufruf-2000.pdf>
- Seligman, M. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Nueva York (EE. UU)
- Steca, P., Ryff, C. D., D'Alessandro, S., & Delle Fratte, A. (2002). Il benessere psicologico: differenze di genere e di età nel contesto italiano. *Psicologia della Salute*, 2(1), 121-138.
- Sharma, G. (2014). Effect of demographic variables on psychological well-being and quality of life. *International Journal of Humanities and Social Sciences Research*, 2(3), 290-298. <http://www.researchpublish.com>
- Tomás, J. M., Oliver, A., Navarro, E., Meléndez, J. C., y Molina, C. (2009). Comparación del bienestar psicológico de personas mayores dominicanas y españolas. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 44(4), 180-185.
- Vargas, R., Idrogo, G., Aguirre, Y., y Noel, G. (2022). Bienestar psicológico y desempeño docente en la educación básica regular. *Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*.
- Veenhoven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, 3, 87-116.
- Véliz-Burgos, A. (2012). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico y su estructura factorial en universitarios chilenos. *Psicoperspectivas: Individuo y Sociedad*, 11(2), 143-163.
- Vera, P., Celis, K., Lillo, S., Contreras, D., Díaz, N., Páez, D., & Ovanedel, J. C. (2015). Towards a Model of Psychological Well-Being. The Role of Socioeconomic Status and Satisfaction with Income in Chile. *Universitas Psychologica*, 14(3), 1055-1066

- Velásquez, C. C., Montgomery, U. W., Montero, L. V., Pomalaya, V. R., Dioses, A., Velásquez, N., Araki, R., y Reynoso, D. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos. *Revista de Investigación en Psicología*, 11(2), 139-152.
- Vivaldi, F., y Barra, E. (2012). Bienestar Psicológico, Apoyo Social Percibido y Percepción de Salud en Adultos Mayores. *Terapia Psicológica*, 30(2), 23–29.
- Waterman, A.S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrast of personal expressiveness (eudaemonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 678-691.
- Zubieta, E., Fernández, O., y Sosa, F. (2012). Bienestar, valores y variables asociadas. *Boletín de Psicología*, 106(1), 7-27. <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N106-1.pdf>
- Zubieta, E. M., y Delfino, G. I. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones*, 17, 277-283.

## Anexos

### Anexo A. Instrumentos

#### Ficha sociodemográfica

Ficha sociodemográfica			
Por favor lea cuidadosamente y marque con una X según corresponda. La información que usted proporcione es estrictamente confidencial.			
1. Edad (en años)	_____		
2. Género (sexo)	Mujer: _____	Hombre: _____	Otro (especificar): _____
3. Preparación académica	a. Tercer nivel b. Cuarto nivel c. Iniciando estudios doctorales d. Doctorado e. Postdoctorado		
4. Tipo de contrato	Titular: _____	Contratado: _____	
5. Estado de pareja	a. Sin pareja/soltero b. Con pareja (noviazgo) c. Pareja ocasional d. Pareja de hecho (noviazgo con cohabitación) e. Casado/a f. Viudo/a g. Divorciado/a h. Separado/a i. Otro (especificar): _____		

#### Escala de bienestar psicológico de Ryff (adaptado al español)

A continuación, hay afirmaciones con las cuales usted puede estar muy de acuerdo o muy en desacuerdo. Lea cada una de ellas y después marque con una X en la casilla que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo.		Completamente de acuerdo	De acuerdo	Parcialmente de acuerdo	Parcialmente en desacuerdo	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
N	ÍTEM	6	5	4	3	2	1
1	Cuando repase la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas						
2	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones						
3	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente						

4	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida						
5	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga						
6	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad						
7	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo						
8	No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar						
9	Tiende a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí						
10	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes						
11	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto						
12	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo						
13	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría						
14	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas						
15	Tiende a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones						
16	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo						
17	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro						
18	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí						
19	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad						
20	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo						

21	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general						
22	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen						
23	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida						
24	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo						
25	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida						
26	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza						
27	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos						
28	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria						
29	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida						
30	Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida						
31	En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo						
32	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí						
33	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo						
34	No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está						
35	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo						
36	Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona						
37	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona						
38	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento						
39	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla						



## Anexo B. Guía de calificación por dimensiones

N°	DIMENSIONES	ÍTEMS						SUMATORIA	NIVEL DE BP		
		1	7	13	19	25	31				
1	Autoaceptación										
2	Dominio del Entorno	5	11	16	22	28	39				
3	Relaciones positivas con otros	2	8	14	20	26	32				
4	Crecimiento personal	24	30	34	35	36	37	38			
5	Autonomía	3	4	9	10	15	21	27	33		
6	Propósito de vida	6	12	17	18	23	29				

NIVELES POR DIMENSIONES						
Niveles	Autoaceptación	Dominio del Entorno	Relaciones Positivas con otros	Crecimiento Personal	Autonomía	Propósito de vida
ALTO	>27	>27	>27	>32	>36	>27
MEDIO	18-26	18-26	18-26	21-31	24-35	18-26
BAJO	<17	<17	<17	<20	<23	<17
<b>P. Máx.</b>	<b>36 pts.</b>	<b>36 pts.</b>	<b>36 pts.</b>	<b>42 pts.</b>	<b>48 pts.</b>	<b>36 pts.</b>

**Anexo C. Consentimiento informado****FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Título de la investigación: Niveles de bienestar psicológico según características sociodemográficas en docentes de la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca, período 2022-2023.

Datos del equipo de investigación: *(puede agregar las filas necesarias)*

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador Principal	Viviana Melanie López Alvarado	0302600986	Universidad de Cuenca

**¿De qué se trata este documento?**

Usted está invitado(a) a participar en este estudio que se realizará en el período de septiembre 2022-febrero 2023, en la Facultad de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca. En este documento consentimiento informado, se explican las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explica los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio. No tenga prisa para decidir. Si es necesario, lleve a la casa y lea este documento con sus familiares u otras personas que son de su confianza.

**Introducción**

Los docentes universitarios se enfrentan a una gran carga laboral, además de lidiar con las responsabilidades correspondientes a su vida diaria, por ende, necesitan conservar un buen nivel de bienestar psicológico, ya que este puede afectar en su desempeño laboral y desempeño personal. Por tal modo, lo que motiva este estudio es obtener información fiable sobre el nivel de bienestar psicológico según sus características sociodemográficas, debido a que pueden afectar al desenvolvimiento de estos docentes en su rol y a su salud mental. De igual forma, los resultados de esta investigación pueden permitir que se desarrollen programas de prevención y promoción en beneficio de los docentes. La razón por la cual Ud. Fue escogido para este estudio, es porque Ud es docente de la facultad de jurisprudencia de la Universidad de Cuenca y continúa trabajando durante el período correspondiente al estudio.

**Objetivo del estudio**

El propósito del presente estudio es medir el nivel bienestar psicológico de los docentes de Jurisprudencia de la Universidad de Cuenca y sus características sociodemográficas.

**Descripción de los procedimientos**

La información se recolectará por medio de la aplicación de una ficha sociodemográfica y se usará la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff versión adaptada, la cual mide los niveles de bienestar psicológico en seis dimensiones: autoaceptación, dominio del ambiente, relaciones positivas con otros, autonomía, propósito de vida y crecimiento personal, compuesta por 39 ítems de tipo Likert que va desde 1= completamente de acuerdo, hasta 6= completamente en desacuerdo. Luego de firmar el consentimiento informado se les proporcionará un link de la plataforma Google forms para la recolección de datos, el tiempo estimado para completar la escala es de 10 a 15 minutos. La población a estudiar será todos los docentes que estén trabajando en la facultad de jurisprudencia en el momento de la ejecución de la investigación. Finalmente, en cuanto a los datos que

serán recolectados, y toda la información de la investigación, se apegan a los principios éticos establecidos por el APA.

### Riesgos y beneficios

La presente investigación puede presentar un riesgo mínimo en cuanto a daños psicológicos, debido a las preguntas de la escala aplicada. Para evitar un riesgo de quebrantar la confidencialidad de los datos proporcionados y el anonimato, se procederá a codificar a los participantes mediante un código numérico (que será los últimos cuatro dígitos de su cédula) y no por sus datos personales. Los beneficios de esta investigación podrán ser tomados como una iniciativa para que la Universidad de Cuenca desarrolle futuros estudios e investigaciones para la comunidad universitaria y específicamente en beneficio de los docentes.

### Otras opciones si no participa en el estudio

Usted tiene la libertad de decidir no participar, al igual que, retirarse de este estudio en cualquier momento que desee sin que esto involucre ningún tipo de sanción, ni tener que dar una explicación sin repercusión a corto o largo plazo.

### Derechos de los participantes

Usted tiene derecho a:

- 1) Recibir la información del estudio de forma clara;
- 2) Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas;
- 3) Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio;
- 4) Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted;
- 5) Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento;
- 6) Recibir cuidados necesarios si hay algún daño resultante del estudio, de forma gratuita, siempre que sea necesario;
- 7) El respeto de su anonimato (confidencialidad);
- 8) Que se respete su intimidad (privacidad);
- 9) Recibir una copia de este documento, firmado y rubricado en cada página por usted y el investigador;
- 10) Tener libertad para no responder preguntas que le molesten.

### Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0983128900 que pertenece a Viviana López o envíe un correo electrónico a [viviana.lopez@ucuenca.edu.ec](mailto:viviana.lopez@ucuenca.edu.ec)

### Consentimiento informado

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

\_\_\_\_\_  
Nombres completos del/a participante

\_\_\_\_\_  
Firma del/a participante

\_\_\_\_\_  
Fecha

---

Nombres completos del/a investigador/a

---

Firma del/a investigador/a

---

Fecha

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. José Ortiz Segarra, presidente del Comité de Bioética de la Universidad de Cuenca, al siguiente correo electrónico: [jose.ortiz@ucuenca.edu.ec](mailto:jose.ortiz@ucuenca.edu.ec)