UNIVERSIDAD PERUANA DE CIENCIAS APLICADAS

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

Bienestar psicológico y autoeficacia en universitarios migrantes en

lima metropolitana

TESIS

Para optar el título profesional de Licenciado en Psicología

AUTOR

More Crisanto, Tania Steinner (0000-0003-4000-6223)

ASESOR

Caycho Rodríguez, Tomás Pedro Pablo (0000-0002-5349-7570)

Lima, 09 de Junio de 2020

RESUMEN

Se indaga sobre la relación que existe entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en una muestra de 153 universitarios migrantes de Lima Metropolitana, con una edad promedio de 21,43 años (D.E.= 2.12), de los cuales el 62% fueron mujeres y el 38% varones de universidades privadas de Lima. Se emplearon como instrumento de medida, la escala de bienestar psicológico, adaptada al contexto peruano por Domínguez (2014) y la escala de autoeficacia General empleada por Terry (2008). Los resultados muestran una correlación positiva entre la autoeficacia y las variables de aceptación y control ($r = .295, p < .01$) y autonomía ($r = .411, p < .01$). Además, se muestran diferencias estadísticamente significativas al comparar el bienestar psicológico entre quienes tienen y no pareja; mientras que se observan estadísticamente significativas al comparar la autoeficacia en función a tener o no pareja, género y edad. Se concluye que algunas dimensiones del bienestar psicológico se relacionan con la autoeficacia; además se observan diferencias significativas al comparar ambas variables entre otras de tipo sociodemográfico.

Palabras clave. Bienestar Psicológico; Autoeficacia; Universitarios Migrantes

Psychological well-being and self-efficacy in migrant university students in
Metropolitan Lima

ABSTRACT

The relationship between psychological wellbeing and self-efficacy is investigated in a sample of 153 university migrants from the province to Metropolitan Lima, with an average age of 21.43 years ($SD = 2.12$), of which 62% were women and 38% men from private universities in Lima. The scale of psychological wellbeing, which is adapted to our environment by Domínguez (2014) and the scale of general self-efficacy used by Terry (2008), was used as a measuring instrument. The results show a positive correlation in relation to self-efficacy and acceptance and control variables ($r = .295$, $p < .01$) and autonomy ($r = .411$, $p < .01$). In addition, statistically significant differences are shown when comparing psychological wellbeing between those who have and not a partner; while it is observed statistically to compare when comparing self-efficacy according to having or not having a partner, gender and age. It is concluded that some dimensions of psychological wellbeing are related to self-efficacy; In addition, different differences are observed when comparing both variables among others of sociodemographic type.

Keywords. Psychological Wellbeing; Self-efficacy; Migrant University

Introducción

Según reportes actuales, los jóvenes en el Perú son 8'441 000, que representa casi el 30% de la población total (Instituto Nacional de Estadística e informática [INEI], 2018). Según el INEI (2016), se espera que, para el año del bicentenario (2021) la población joven alcance los 8 millones 513 mil habitantes, donde el 50,7% serían hombres y 49,3% mujeres. Finalmente, el censo nacional del 2017 reportó un aumento del 40% de estudiantes universitarios en 10 años, quienes constituyen una población de 1 209 192 (INEI, 2018).

El iniciar una carrera universitaria es un gran paso que conlleva a la toma de decisiones en el ámbito académico y en el estilo de vida que se asume al estudiar. En este sentido, es frecuente que los jóvenes que obtienen el ingreso a distintas instituciones educativas superiores se trasladen desde sus localidades a las ciudades en las que se ubican los centros de educación superior con el objetivo de llevar a cabo una formación profesional. Se menciona que los movimientos que conllevan cambios de vivienda temporal o permanente implican un proceso psicosocial de adaptación de los que llegan al nuevo lugar de residencia (Salas, De San Jorge, Beverido & Carmona, 2016). Además, este tipo de migraciones demandan realizar pequeños duelos entre los que se encuentran dejar la familia y los seres queridos, dejar contactos de grupos de pertenencia, abandonar su vida cotidiana y hábitat. Del mismo modo, se requiere de diversos cambios en las actividades de su vida cotidiana, especialmente en el ámbito del hogar; puesto que se necesita limpiar, provisionar alimentos, administrar el dinero diario, semanal y mensual, las cuales son actividades que van más allá que lo relacionado al estudio (Torcomian, 2016).

Tomar la decisión de estudiar y vivir lejos de su hogar permitiría un crecimiento personal y conseguir un equilibrio, debido a que los estudiantes podrán disponer de su tiempo y elegir sus propias acciones; asimismo, estas personas tienen una buena relación con su entorno social y reportan sentirse plenos y felices (Del Rosal, 2009; Llabanero, 2013). Por otro lado, habrá otros jóvenes a quienes les tome más tiempo acostumbrarse a los cambios que surgen de esta decisión. No todas las personas están preparadas para estar por un tiempo prolongado solas en casa y sin compañía. Esta situación podría incrementar el riesgo de desencadenar cuadros de depresión, dependencia emocional y distanciamiento con el resto de su medio de interacción social (Del Rosal, 2009; Rivera, 2012; Llabanero, 2013). Se menciona que otra situación de riesgo para el estudiante que llega a Lima desde provincia es el tema económico, ya que para algunos puede significar una fuente de estrés psicológico que ocasiona la disminución de la capacidad para adoptar patrones de interacción en su entorno y de resolución de problemas. Además, se pueden presentar dificultades en su autoestima, percepción de autoeficacia, expectativas de éxito, optimismo y esperanza (Guzmán & Reyes, 2018).

Transitar por la vida universitaria implica para un joven hacer frente a distintos desafíos y riesgos para su salud. Así mismo, estar en la universidad es un periodo de aprendizaje; sin embargo, también representa una fuente generadora de estrés para el estudiante (Becerra, 2013; Cassaretto, Chau, Oblitas & Valdez, 2003; Chau & Vilela, 2017). Un universitario tiene que aprender a manejarse en un ambiente distinto al que estaba acostumbrado en el colegio, debe tener control sobre sí mismo, debe preocuparse por su rendimiento académico y las exigencias que este

implique, tendrá dudas vocacionales, debe aprender a organizar su tiempo para lograr objetivos, aprender a socializar y desenvolverse, entre otros, son parte del contexto universitario (Barraza, 2003; Chau & Saravia, 2014; Consorcio de Universidades, 2013).

En el caso de los estudiantes universitarios que migran se suman otras experiencias, pues el vivir lejos de su hogar se debe asumir como un periodo de crecimiento donde buscan los recursos que necesitan para poder valerse por sí mismos. Esta forma de vida les ayuda a ser responsables y autónomos, ellos son los que tienen el poder de hacer y cambiar las cosas para crear el futuro que desean (Llabanero, 2013). Esta autonomía que les permite organizarse en las cosas cotidianas se relaciona con la libertad, ejercicio de derechos y obligaciones que les insumen mucha energía y tiempo. En algunas ocasiones, el organizar la casa conlleva a la desorganización en los estudios, es como si no pudieran hacer una organización global de lo que piensan y quieren actuar por sí solos (Torcomian, 2016).

Autoeficacia y bienestar psicológico

Tres son los roles más importantes que deben realizar los jóvenes universitarios que vive lejos de su hogar. En primer lugar, está el rol ocupacional referido a las actividades de estudio y trabajo que realizan estas personas (Uribe, 2014). En segundo lugar, está el rol individual, entendido como el desarrollo personal que mujeres y hombres realizan para cumplir con sus expectativas y proyectos de vida. Finalmente, está el rol del cuidado de sí, que está ligado a las acciones recreativas que favorecen a la salud física, emocional, cultural y espiritual. Este desempeño

está sujeto a las condiciones y calidad de vida. Estos diferentes roles están relacionados a la autoeficacia y bienestar psicológico (Quintero, 2007).

La autoeficacia se define como un constructo global alusivo a la creencia estable que tiene una persona acerca de su capacidad para operar de forma adecuada los diversos estresores que pueden aparecer en la vida diaria (Espada, González, Orgilés, Carballo & Piqueras, 2012). Es decir, se trata de las creencias sobre sus capacidades para poder llegar al logro de los objetivos planteados (Bandura, 1977).

Por otro lado, se sabe que el contexto universitario simboliza un agregado de situaciones altamente estresantes para el estudiante, esto relacionado a que puede experimentar, aunque sea de forma temporal; falta de control sobre este ambiente, lo cual podría afectar su bienestar psicológico. Diversas investigaciones mencionan la existencia de una diversidad de estresores académicos que pueden generar altos niveles de estrés en los estudiantes entre ellos están: las calificaciones, excesivo trabajo para casa, estudiar para exámenes y la distribución de tiempos (Rosales, 2016).

Con esta experiencia universitaria, la vida de estos jóvenes se siente pesada y algo complicada de llevar debido a que no solo están sujetos a la evaluación de sus maestros, sino también de los integrantes del grupo estudiantil en el cual se relacionan a diario (Velásquez et al., 2008). Si a lo mencionado anteriormente se le suma el salir de su hogar para forjar un futuro que implica otra gran responsabilidad es posible que el estudiante pueda desestabilizarse y ver afectado su bienestar personal y su estado de ánimo. Esto debe prepararlos para sobrellevar situaciones

desagradables y buscar la mejor respuesta acorde a las exigencias del entorno (Carranza, 2012; Llabaneros, 2013; Riveros, Hernández & Rivera, 2007).

En este sentido, el bienestar psicológico se ha enfocado en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, ambas entendidas como primordiales indicadores de funcionamiento positivo (Romero, Brustad & García, 2007). Este bienestar no consiste sólo en la ausencia de síntomas de ansiedad, depresión o en que las emociones positivas superen las emociones negativas; es decir que exista un equilibrio de afectos positivos, sino que además de eso también implica que la persona se respete y valore a sí misma, que tenga relaciones positivas con otros o sienta un apoyo satisfactorio; que crea que domina y controla su mente, se perciba autónomo del entorno pero conectado con él; que otorgue sentido y propósito a su vida, así como que sienta que se está relacionando como persona (Bilbao, 2008).

Ryff (1989) desarrolló un modelo multidimensional de bienestar psicológico formado por seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. En primer lugar, la autoaceptación describe como las personas reconocen diversos aspectos de su personalidad, ya sean positivos o negativos, generando el sentirse bien consigo mismo. En segundo lugar, las relaciones positivas consisten en poseer relaciones de calidad con los demás, alguien con quien contar y a quien amar. En tercer lugar, el propósito de vida esta relacionando con las metas y objetivos que otorguen sentido en su vida. En cuarto lugar, el crecimiento personal consiste en aprovechar los talentos y habilidades utilizando todas las capacidades, desarrollando potenciales y seguir creciendo como persona. En quinto lugar, la

autonomía consiste en tener la impresión de que se puede elegir por sí mismo, tomar decisiones para su vida, incluso si están en contra de la opinión de los demás. Por último, el dominio del entorno se refiere a la conducción de las exigencias y oportunidades del ambiente para satisfacer necesidades y capacidades (Zubieta & Delfino, 2010).

Objetivo e hipótesis

Tomando en cuenta todos los factores mencionados sobre las vivencias de un estudiante universitario que migra a la ciudad de Lima, esta investigación tiene como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en universitarios migrantes, y establecer comparaciones entre las variables según tenencia de pareja, género y edad.

La hipótesis que se plantea en esta investigación es que existe relación entre el bienestar psicológico y la autoeficacia en universitarios migrantes en Lima Metropolitana.

Método

Participantes

Los participantes fueron 153 jóvenes universitarios migrantes de provincia en Lima Metropolitana, con una edad promedio de 21,43 años ($D.E.= 2.12$), de los cuales el 62% fueron mujeres y el 38% varones. Respecto a si están en una relación actual, el 37% dijo estar en una relación y el 63% mencionó no estar en una relación. En

cuanto al lugar de nacimiento de estos jóvenes, el 78% es de la costa, el 21% de la sierra y el 1% de la selva. Así mismo, el 31% señala que vive con sus hermanos, el 29% con amigos, el 29% solo y el 10% con otras personas. Por último, el tiempo promedio que estos jóvenes llevan viviendo en Lima Metropolitana es de 5,05 años ($D.E.= 1.90$).

La selección de la muestra es de tipo no probabilístico e intencional (Baptista, Fernández & Hernández, 2014) e incluye a universitarios que cursaban sus estudios en Lima durante el periodo académico 2018-1 y que han migrado de provincia sin sus padres, por lo que se excluyó a quienes no cumplan con esta característica.

El tamaño de la muestra fue seleccionado con el programa g-power 3.1.9.2, que estimó un tamaño muestral de 153 personas; donde se admitió un test de modelo correlacional bivariado normal, en el cual el tamaño de efecto es de .2, respecto al poder, se le otorga .80 y un error de .05 (Ledesma, MacBeth & Corbata de Kohan, 2008).

Instrumentos

Escala de bienestar psicológico (BP). (Casullo, 2002). En la versión adaptada en población peruana por Domínguez (2014). La escala cuenta con 13 ítems de tipo Likert y 4 dimensiones: aceptación/control de situaciones (ítems 2, 11 y 13), autonomía (ítems 4, 9 y 12), proyectos (ítems 1, 3, 6 y 10) y vínculos sociales (ítems 5, 7 y 8). Las respuestas son de 3 a 1, donde 3 es *de acuerdo* y 1 es *en desacuerdo*. Todos los ítems se califican de forma directa. Respecto a la confiabilidad del instrumento se halló un alfa de cronbach de .966; es decir tiene un alto nivel de

confiabilidad. En cuanto a la confiabilidad por dimensión se encontraron los siguientes valores de alfa de cronbach: aceptación/control de situaciones .884, autonomía .836, vínculos .871 y proyectos .908 (Domínguez, 2014).

Para esta investigación, se realizó un análisis factorial confirmatorio de la escala de Bienestar Psicológico. Los resultados indican que el modelo original sin los ítems 6 y 10 presentan un buen ajuste de los datos (Tabla 1). Asimismo, se obtuvo un valor del coeficiente alfa de cronbach de .726, lo que indica un buen nivel de confiabilidad.

Tabla 1

Índices de Bienestar Psicológico de ajuste estadístico del EAEE (n = 153)

	S-B χ^2 (gl)*	S-B χ^2 /gl	CFI	RMSEA (IC 90%)	AIC
Modelo 1	132.132	2.240	.799	.090 (.160, .191)	196.132
Modelo 2 (e= 9 y 12)	122.692	2.115	.822	.086	188.692
Modelo 3 (-ítem 6 y 10)	56.348	1.523	.939	.059 (.023, .088)	114.348

Nota: χ^2 = Chi cuadrado, gl = Grados de libertad, RMSEA = Error Cuadrático Medio de Aproximación, CFI = índice de ajuste comparativo, IC = Intervalos de confianza.

Escala de autoeficacia general (AG). (Schwarzer, 1993). En la versión validada en el Perú por Terry (2008). Dicha escala está compuesta por 10 ítems de tipo Likert con 4 opciones de respuesta de 4 puntos; que parten desde: *siempre*, *casi siempre*, *casi nunca* y *nunca*. El puntaje mínimo es 10 y el puntaje máximo es 40. La escala tiene consistencia interna la cual fue realizada mediante una correlación ítem-test y el estadístico alfa de cronbach cuyo valor fue .78. Se evaluó la validez del

constructo para medir los niveles de autoeficacia en grupos similares a los de la muestra.

Para esta investigación, se realizó un análisis factorial confirmatorio de la escala de autoeficacia. Los resultados indican que el modelo original con los errores correlacionados 9-10, 6-7, 2-8, 1-5 presenta un adecuado ajuste de los datos (Tabla 2). Asimismo, se obtuvo un valor del coeficiente alfa de cronbach de .701, lo que indica un buen nivel de confiabilidad.

Tabla 2

Índices de Autoeficacia de ajuste estadístico del EAEE (n = 153)

	χ^2 (gl)*	χ^2 /gl	CFI	RMSEA (IC 90%)	AIC
Modelo 1	164.124	4.689	.782	.156 (.132, .180)	204.124
Modelo 2 (e 9-10, 6-7, 2-8, 1-5)	74.089	2.390	.927	.096 (.068, .124)	122.089

Nota: χ^2 = Chi cuadrado, gl = Grados de libertad, RMSEA = Error Cuadrático Medio de Aproximación, CFI = índice de ajuste comparativo, IC = Intervalos de confianza.

Procedimiento y análisis de resultados

El estudio de campo comprendió la selección de los participantes, quienes recibieron información sobre el estudio; los objetivos y la participación. El proceso de llenado de los cuestionarios se realizó de manera individual, en el que previamente tuvieron que firmar una carta de consentimiento con los detalles del estudio, los aspectos éticos y el uso de la información a futuro. Concluida la fase de evaluación, se procedió a la depuración de la información, los datos obtenidos se trasladaron a una base de datos y fueron analizados a través del programa estadístico IBM SPSS versión 20 para la elaboración de los respectivos reportes.

El análisis se realizó por etapas, primero se ejecutó el análisis psicométrico, donde se calculó la media, la desviación estándar, la asimetría y curtosis por cada ítem, además se verificó la consistencia interna con una correlación ítem-test. Luego, se realizó un análisis factorial confirmatorio con el programa estadístico AMOS para ambas escalas, donde se utilizó un método de estimación de máxima verosimilitud calculando el cociente de chi cuadrado, los grados de libertad, el CFI, el RMSEA y el AIC. De conformidad con las normas establecidas (Hu & Bentler, 1999) valores $\geq .90$ para CFI y $\leq .08$ para RMSEA y SRMR brindan evidencia empírica aceptable para el ajuste del modelo. Asimismo, se calculó el criterio de información de Akaike (AIC por sus siglas en inglés; Akaike, 1974) para la comparación de modelos (Wicherts & Dolan, 2004). El AIC evalúa el ajuste del modelo a los datos y la complejidad del mismo, donde el valor más pequeño indica un mejor ajuste (Burnham & Anderson, 2002). Además, se estimó la confiabilidad mediante el coeficiente omega en ambas escalas.

En segundo lugar, se efectuó un análisis descriptivo de las dimensiones de ambas variables donde se calculó la media, la desviación estándar y los valores mínimos y máximos. Así mismo, se calculó el coeficiente de Kolmogorov-smirnov para el análisis de normalidad.

En tercer lugar, conforme a los resultados se encontró que los puntajes de aceptación y control de situaciones, autonomía, proyectos, vínculos sociales y autoeficacia no cumplieron con el criterio de normalidad. Por lo que se llevó a cabo el análisis correlacional entre ambas escalas usando la prueba de correlación de Spearman. Finalmente, se hizo comparaciones de las variables bienestar

psicológico y autoeficacia según tenencia de pareja, género y edad empleando la prueba no paramétrica U de Mann Whitney.

Resultados

Análisis descriptivo de las variables de Bienestar Psicológico y Autoeficacia

Al realizar el análisis de los estadísticos descriptivos de las pruebas empleadas, en cuanto al Bienestar Psicológico, se obtuvo mayor puntaje promedio para la escala de proyectos. Esto evidencia, que los jóvenes participantes perciben como importante los proyectos para lograr bienestar psicológico ($M = 10.9$; $DS = 1.22$). Mientras que la autonomía se considera con menor importancia para el bienestar psicológico, fue la que obtuvo un menor puntaje promedio ($M = 7.39$; $DS = 1.34$). En cuanto a la prueba de Autoeficacia General, esta obtuvo un puntaje de 31.78 ($DS = 4.91$), la cual es considerada una autoeficacia promedio.

Tabla 3

Análisis descriptivo de las dimensiones de las variables de Bienestar Psicológico y autoeficacia

Prueba	Escala	M	DS	Max	Min	K-S	sig
Bienestar Psicológico	Aceptación y control de situaciones	7.93	1.22	9	3	.248	.000
	Autonomía	7.39	1.34	9	3	.180	.000
	Proyectos	10.90	1.22	12	8	.242	.000
Autoeficacia	Autoeficacia	31.78	4.91	40	19	.077	.026

M= Media, DS= Desviación estándar, Max= Valor máximo, Min= Valor mínimo, K-S= Valor estadístico, sig = Significancia

Análisis correlacional

Respecto a la autoeficacia se puede observar una correlación positiva entre esta y las dimensiones de aceptación y control y autonomía.

Tabla 4

Matriz de Correlaciones para las dimensiones de Bienestar Psicológico y autoeficacia

	Aceptación y control	autonomía	proyectos
Autoeficacia	.295**	.411**	0.073

Nota: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Análisis comparativo

Se muestra el análisis comparativo de la variable de bienestar psicológico y autoeficacia según la tenencia de pareja. Los resultados obtenidos según la tenencia de pareja, demuestran que existen diferencias estadísticamente significativas en relación a la autonomía y la autoeficacia. ($p < .05$).

Tabla 5

Análisis comparativo de bienestar psicológico y autoeficacia según pareja

	Pareja				U	Sig.
	Sí		No			
	N	RP	N	RP		
Aceptación y autocontrol	57	71.9	96	80.03	2445.5	.246
Autonomía	57	86.82	96	71.17	2176.5	.030
Proyectos	57	79.24	96	75.67	2608.5	.612
Autoeficacia	57	86.5	96	71.36	2194.5	.040

N: número de participantes, RP: Rango promedio, U: U de Mann Whitney, Sig.=Significancia

De igual manera, los resultados según el sexo demuestran que existe una diferencia estadísticamente significativa en relación a la autoeficacia ($p < .05$).

Tabla 6

Análisis comparativo de Autoeficacia General según género

	Sexo				U	Sig.
	Femenino		Masculino			
	N	RP	N	RP		
Autoeficacia	95	84.03	58	65.48	2087	.012

N: número de participantes, RP: Rango promedio, U: U de Mann Whitney, Sig.=Significancia

Los resultados obtenidos según la edad, demuestran que existe una diferencia estadísticamente significativa en relación a la autoeficacia ($p < .05$).

Tabla 7

Análisis comparativo de Autoeficacia General según edad

	Edad				U	Sig.
	<21 años		>21 años			
	N	RP	N	RP		
Autoeficacia	77	68.59	76	85.52	2278.5	.018

N: número de participantes, RP: Rango promedio, U: U de Mann Whitney, Sig.=Significancia

Discusión

La importancia del estudio de la relación entre bienestar psicológico y autoeficacia en universitarios migrantes radica en la dificultad que tienen estos jóvenes para tener el control de las diversas responsabilidades que deben cumplir al estar lejos de su hogar y en la vida universitaria; algunos tienden a caer en la soledad, por lo que esta situación podría incrementar el riesgo de desencadenar cuadros depresivos, dependencia emocional y distanciamiento con el resto de su medio de interacción social (Del rosál, 2009; Rivera, 2012; Llabanero, 2013).

En primer lugar, el análisis demuestra una correlación positiva entre la variable autoeficacia y la dimensión aceptación y control, aunque la correlación es baja. Estos resultados concuerdan con los hallazgos obtenidos en una muestra de jóvenes institucionalizados de Lima (Espinoza, 2016), en donde obtuvo una relación directa y de mediana intensidad entre las variables de estudio. Así mismo, en una muestra de estudiantes universitarios españoles (González, Ferradás, Freire & Valle, 2012) obtuvieron una relación significativa entre la autoeficacia y las seis dimensiones de bienestar psicológico. Por otro lado, en un estudio realizado a universitarios de la ciudad de Trujillo se obtuvo una relación significativa entre el rendimiento académico con la autoeficacia para el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico (Condori, 2013).

Al encontrar resultados similares en el presente estudio y los mencionados se corrobora lo revisado en la literatura científica, pues se evidencia que tanto la variable autoeficacia y la dimensión aceptación y control mantienen una relación estadísticamente significativa. Esta asociación entre la dimensión aceptación y control del bienestar psicológico y la variable autoeficacia se ve desde la mirada de Ryff (1989) quien expuso un modelo multidimensional integrado por seis dimensiones, donde la autoaceptación aparece como una dimensión central del bienestar psicológico y, además la señala como el grado de satisfacción de una persona consigo misma teniendo conciencia de sus fortalezas y limitaciones, tal como se ha encontrado en los participantes del presente estudio. Mirando desde otra perspectiva, Guerrero, Requena y Torrealba (2016) relaciona positivamente el

bienestar psicológico y el humor con autoeficacia; esta última está considerada dentro de los llamados factores protectores de salud.

En cuanto a las implicancias de los resultados anteriores se reportan evidencias de que las personas que perciben alta autoeficacia tienden a inclinarse hacia conductas saludables, tienen mayores probabilidades de direccionarse con éxito hacia el logro de sus objetivos y propósitos, crecer y relacionarse como individuos y experimentan niveles altos de bienestar psicológico (Olivari & Urrea, 2007). Esto relacionado al ámbito académico puede variar según la persistencia en el logro de metas personales, puesto que en la universidad los niveles de estrés suelen ser altos y puede haber una disminución en su rendimiento o satisfacción con lo que hace (Dwyer & Cummings, 2001; Salami, 2006). Es probable, que al ser jóvenes que tienen que ver por sí mismos tiendan a ser más perseverantes con sus objetivos, confían en sus capacidades para desarrollar diferentes actividades, hay un mejor manejo de situaciones adversas y el lograr todo lo propuesto es lo que genera en ellos satisfacción expuesta al medio con indicadores de bienestar psicológico. Como lo mencionan Castro y Sánchez (2000) el bienestar psicológico y la calidad de vida guardan relación con el logro de objetivos vitales para los universitarios, donde las personas con una adecuada salud mental sienten que han obtenido diversos logros y esperan cumplir con más en el futuro para un mayor desarrollo personal. Esto se evidencia en los universitarios de esta investigación, puesto que al migrar a Lima lo hicieron con el objetivo de tener mayores oportunidades en el ámbito personal, académico, social y profesional. Esto es lo que los motivaría a

seguir descubriendo sus habilidades, sus capacidades y a estar bien consigo mismos a pesar de dejar su zona de confort y a su familia para lograr sus metas.

En segundo lugar, el análisis demuestra una correlación positiva entre la variable autoeficacia y la dimensión autonomía. Estos resultados concuerdan con los hallazgos de Chávez (2016) realizado en una muestra de estudiantes universitarios de Juliaca donde se obtuvo una relación significativa entre la autoeficacia general y cinco de las dimensiones que constituyen el bienestar psicológico: autoaceptación, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida. Por otro lado, en una muestra de adultos mayores de un centro de adulto mayor (CAM) de Lima (Manyari, 2016) se obtuvo una correlación directa entre todas las dimensiones del bienestar psicológico y autoeficacia.

Los resultados similares en el presente estudio y los mencionados coinciden con lo revisado en la literatura científica, pues se evidencia que tanto la variable autoeficacia y la dimensión autonomía mantienen una relación estadísticamente significativa. Esta relación coincide con lo reportado por Escalante, García, Páramo, Straniero y Torrecilla (2012) quienes mencionan que una persona con autonomía tiene autodeterminación, no se deja llevar por presiones sociales y toma el control de su propio comportamiento; teniendo estas características esta persona logra independencia personal y gozará de altos niveles de bienestar psicológico como se ha hallado en los participantes de esta investigación.

En cuanto a las implicancias de los resultados anteriores se reportan evidencias de que a mayor competencia percibida por los universitarios mayor es su

individualidad, su competencia y su capacidad para desempeñar un buen rol en la toma de decisiones; esto hace que el estrés se reduzca, mantiene estable el bienestar psicológico y genera relaciones positivas con su entorno (Karademas, 2006). Es probable que al tener que desempeñar un rol de estudiantes y de cuidado de sí mismos han logrado ser autónomos en su desempeño diario; dicha autonomía se ve reflejada con indicadores de autoeficacia. En la misma línea, es factible señalar que cada persona está en la capacidad de superar retos y desafíos que enfrenta a diario; esto se logra adaptando las conductas y emociones en cada una de las situaciones (Rojas, 2014). En relación a lo mencionado, Bandura (1995) señala que las creencias de autoeficacia denotan gran influencia en el individuo; debido a que estas actúan sobre los pensamientos, sentimientos y comportamientos. Estos resultados referentes a la muestra indican que estos jóvenes han obtenido la autonomía que buscaban al migrar para estudiar una carrera universitaria; además que han logrado adaptarse al medio, a la universidad y a su nueva vida lejos de casa. Así mismo, demuestran equilibrio entre sus pensamientos, sentimientos y comportamientos en las diferentes situaciones que se les presenten.

El análisis comparativo demuestra una diferencia estadísticamente significativa en la dimensión autonomía y la autoeficacia según la tenencia de pareja. Estos resultados concuerdan con los hallazgos de Molero y Cuadrado (2008) que confirman la relevancia que tiene la inclusión de la pareja en el “yo” para la satisfacción. Contrario a este estudio, Cuadrado y Ortega (2011) no encontraron relación entre la inclusión de la pareja en el “yo” con autoeficacia ni autoestima, llevándolos a la conclusión de que estas variables pueden ser influenciadas por la

situación actual respecto a la pareja o en la fase de vida en que se encuentren. Así mismo, estos resultados se asocian indirectamente con otros que señalan que algunos de los factores que quebrantan el bienestar de las personas son la ruptura de pareja (Alzugaray & García, 2015). El resultado de esta comparación en la muestra se puede vincular al hecho de estar solos en Lima y que esto genere la búsqueda de compañía para no sentirse solos en este proceso, lo que significa que no todos estos jóvenes necesiten de una pareja para un mejor funcionamiento en su vida diaria.

De igual manera, el análisis comparativo de la autoeficacia según sexo establece una diferencia estadísticamente significativa. Estos resultados no concuerdan con los hallazgos de Tay Seng (2020) en una muestra de estudiantes de Lima, donde señala que no existe diferencias significativas de la autoeficacia según el género. Del mismo modo, los resultados de Rosales (2017) en una muestra de estudiantes de psicología de Lima plantean que no existe diferencias en la autoeficacia según el género. Por el contrario, otros estudios concuerdan con el presente hallazgo. Así, Gonzales (2016), en una muestra de estudiantes de Lurín, reportó diferencias significativas por género en la variable autoeficacia, a favor de las mujeres. Del mismo modo, Cuadrado y Ortega (2011) señalan que las mujeres que se perciben autoeficaces tienen una mejor autoestima y un mayor bienestar psicológico. Así mismo, indican que factores como tener autonomía, crecimiento personal y propósitos en la vida repercuten en dicha autoeficacia. Además, se menciona que probablemente las creencias sociales sobre la eficacia de los hombres y las mujeres en determinadas áreas, trascienden sobre la percepción de autoeficacia de los

estudiantes en diferentes campos del conocimiento y su ocupación respectivas en los mismos (Gonzales, Martínez, Rivera & Salazar, 2016). Dicha percepción de los roles de género se evidencia en los jóvenes de esta investigación, puesto que la correlación resultó a favor del género femenino.

Finalmente, el análisis comparativo de la autoeficacia según la edad establece una diferencia estadísticamente significativa. Estos resultados concuerdan con los hallazgos de Barragán, Gázquez, Martos, Molero, Pérez y Simón (2018) en una muestra de estudiantes de ciencias de la salud donde la autoeficacia se relaciona con la edad. Por el contrario, en una investigación realizada por Labrador (2014) en una muestra de universitarios de Argentina, se obtuvo como resultado que no existía una relación significativa de la autoeficacia según la edad. Se obtuvo que los estudiantes con mayor autoeficacia son los mayores de 21 años, esto puede estar relacionado con que llevan más tiempo en ensayo y error para encontrar lo que los mantenga en equilibrio, mientras que los menores de 21 años recién empiezan a descubrir cómo desenvolverse y cómo actuar en las diferentes situaciones.

Limitaciones y nuevas líneas de investigación

El estudio presenta algunas limitaciones. Primero, los participantes no provienen de un solo lugar en donde se pueda aplicar la encuesta de forma masiva. Segundo, al no ser una muestra representativa de todos los estudiantes migrantes, se debe tener cautela al tratar de generalizar los resultados. Tercero, los participantes fueron mayoritariamente de sexo femenino, lo que impide concretar si existen diferencias en ambos sexos en la relación estudiada. Si bien este punto no era parte del objetivo

del estudio, futuras investigaciones deberían contar con esta información. Por lo tanto, se recomienda para futuras investigaciones contar con un porcentaje cercano en ambas muestras con la finalidad de realizar comparaciones, así como también el poder comparar entre carreras universitarias y visualizar la influencia de estas en este proceso y en la relación a las variables estudiadas. Además, se deben efectuar estudios que realicen muestreos probabilísticos que permitan generalizar los resultados.

Finalmente, con estos indicadores vinculados a universitarios migrantes en Lima se logra establecer un referente para futuras investigaciones referidas a esta población que cada vez es más frecuente en el ámbito académico y ayudaría a incrementar la información acerca de lo que la experiencia de adaptación cultural y académica les está aportando a nivel personal y social.

Referencias

Akaike, H. (1974). A new look at the statistical model identification. *IEEE Transactions on Automatic Control*, 19(6), 716-723. doi: 10.1109/TAC.1974.1100705

Alzugaray, C. & García, F. (2015). Relaciones de pareja y bienestar psicológico. En: M. Bilbao, D. Páez & J. C. Oyanedel [Eds.], *La felicidad de los chilenos. Estudios sobre bienestar* (pp. 237-252). Santiago de Chile: RIL. Recuperado de: [https://AlzugarayyGarcia-Relacionesdeporejybienestar2015%20\(1\).pdf](https://AlzugarayyGarcia-Relacionesdeporejybienestar2015%20(1).pdf)

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychology journal*, 84(2), 191-215.

Bandura, A. (1995). Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. In A. Bandura (Ed.), *Self-Efficacy in Changing Societies* (pp. 1-45). Cambridge: Cambridge University
<http://dx.doi.org/10.1017/CBO9780511527692.003>

Baptista, P., Fernández, C. & Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación. Sexta edición*. México: Mc Graw Hill Education. Recuperado de: <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Barragán, A., Gázquez, J., Martos, A., Molero, M., Pérez, M. & Simón, M. (2018). Autoeficacia y engagement en estudiantes de ciencia de la salud y su

relación con la autoestima. *Publicaciones*, 48(1), 193-210. Recuperado de:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6424818>

Barraza, A. (2003). *El estrés académico en los alumnos de postgrado de la Universidad Pedagógica de Durango*. Memoria electrónica del VII Congreso Nacional de Investigación Educativa, Guadalajara, México.

Becerra, S. (2013). Universidades saludables: una apuesta a una formación integral del estudiante. *Revista de Psicología (PUCP)*, 31(2), 287-314. Recuperado de: <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/7621>

Bilbao, M. (2008). *Creencias sociales y bienestar: valores, creencias básicas, impacto de los hechos vitales y crecimiento psicológico*. (Tesis doctoral de la facultad de psicología). Recuperado de:
<http://repositorio.conicyt.cl/handle/10533/180318>

Burnham, K. P., & Anderson, D. R. (2002). *Model selection and multimodel inference: a practical informationtheoretic approach*. New York: Springer-Verlag.

Carranza, R. (2012). Depresión y características demográficas asociados en estudiantes líderes universitarios de Lima Metropolitana. *Apuntes Universitarios*, 1(2), 79-90.

Castro, A., & Sánchez, M. (2000). Objetivos de vida y satisfacción autopercebida en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 12(1), 87-92. Recuperado de:
<http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=257>

- Chau, C., & Saravia, J. (2014). Adaptación Universitaria y Su Relación con la Salud Percibida en Una Muestra de Jóvenes de Perú. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(2). Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v23n2/v23n2a03.pdf>
- Chau, C., & Vilela, P. (2017). Variables asociadas a la salud física y mental percibida en estudiantes universitarios de Lima. *Liberabit*, 23(1), 89-102. Recuperado de: <https://dx.doi.org/https://doi.org/10.24265/liberabit.2017.v23n1.06>
- Chávez, E. (2016). *Bienestar psicológico y autoeficacia en estudiantes de la escuela profesional de psicología de la universidad peruana unión filial Juliaca*. (Tesis de pregrado psicología). Recuperado de: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/531>
- Condori, L. (2013). *Relación de: Autoeficacia ante el estrés, personalidad, percepción del bienestar psicológico y de salud con el rendimiento académico en universitarios*. (Tesis de Doctor en psicología). Recuperado de: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/3291/Condori_i%282%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cuadrado, I. & Ortega, C. (2011). Bienestar psicológico y variables relacionadas en una muestra de mujeres. *Apuntes de Psicología*, 29(3), 491-502. Recuperado de: <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/245/247>

Del rosál, M. (2009). *Estudiantes que viven solos: dar el gran salto*. Recuperado de: <https://www.estudiante.org/estudiantes-que-viven-solos-dar-el-gran-salto/>

Domínguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de Lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8(1), 23-3. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v8n1/v8n1a03.pdf>

Dwyer, A. & Cummings, A. (2001). Stress, self-efficacy, social support and coping strategies in university students. *Canadian Journal of Counselling*, 35, 208-220. Recuperado de: <https://psycnet.apa.org/record/2001-07949-002>

Escalante, E., García, C., Páramo, M., Straniero, C. & Torrecilla, N. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10(1), 7-21. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80124028001>

Espada, J., Gonzálvez, M., Orgilés, M., Carballo, J. & Piqueras, J. (2012). Validación de la escala de autoeficacia general con adolescentes españoles. *Electric Journal of Research in Educacional Psychology*, 10(1), 355-370. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/2931/293123551018.pdf>

Espinoza, V. (2016). *Bienestar psicológico y autoeficacia percibida en adolescentes institucionalizados por situación de abandono*. (Tesis de pregrado psicología clínica). Recuperado de: <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/7167>

- Gonzales, C. (2016). *Dependencia emocional y autoeficacia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de Lurín* (Tesis de pregrado). Recuperado de:
- Gonzales, F., Martínez, M., Rivera, M. & Salazar, A. (2016). Autoeficacia, participación social y percepción de los servicios universitarios según sexo. *Revista de Psicología (Santiago)*, 25(2), 01-16. Recuperado de: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S071905812016000200013&script=sci_arttext
- González, R., Ferradás, M., Freire C. & Valle, A., (2012). Relaciones entre la autoeficacia percibida y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Mexicana de Psicología*, 29 (1), 40-48. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/262068345_Relaciones_entre_la_autoeficacia_percibida_y_el_bienestar_psicologico_en_estudiantes_universitarios
- Guerrero, J., Requena, N., & Torrealba, M. (2016). Bienestar psicológico, autoeficacia, estilos de humor y su relación con la salud. *Revista Electrónica Medicina, Salud y Sociedad*, 6(2), 122-138. Recuperado de: <https://es.scribd.com/document/392703463/BIENESTAR-PSICOLOGICO>
- Guzmán, E. & Reyes, M. (2018). Adaptación de la escala de percepción global de estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología*, 36 (2) 719-750. Recuperado de: <https://doi.org/10.18800/psico.201802.012>

Hu, L., & Bentler, P. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55

Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2016). *Más de 8 millones de jóvenes viven el Perú*. Recuperado de: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/mas-de-8-millones-de-jovenes-viven-en-el-peru-9325/>

Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2018). *Perú: perfil sociodemográfico. Censos Nacionales 2017: XII de Población, VII de Vivienda y III de Comunidades Indígenas*. Recuperado de: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1539/libro.pdf

Karademas, E. (2006). Self-efficacy, social support, and wellbeing: The mediating role of optimism. *Personality and Individual Differences*. 40, 1281–1290. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.10.019>

Labrador, Y. (2014). *Ansiedad ante los exámenes y autoeficacia académica en alumnos universitarios: correlaciones, diferencia de edad y de género*. (Tesis de pregrado). Recuperado de: [https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/2440/La](https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/2440/La%20brador.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
[brador.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/2440/La%20brador.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ledesma, R., MacBeth, G. y Corbata de Kohan, N. (2008). Tamaño de efecto: Revisión teórica y aplicaciones con el sistema estadístico Vista. *Revista*

Latinoamericana de Psicología, 40 (3), 425-439. Recuperado de:

<http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v40n3/v40n3a03.pdf>

Llabanero, N. (2013). *Vivir solo ¿Beneficia o Perjudica?*. Recuperado de:

<http://www.estampas.com/cuerpo-y-mente/130217/vivir-solo-beneficia-o-perjudica>

Manyari, W. (2016). *Bienestar psicológico y autoeficacia en adultos mayores de un centro de adulto mayor (CAM) de lima*. (Tesis de pregrado psicología clínica). Recuperado de:

<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/7313>

Olivari, C. & Urrea, E. (2007). Autoeficacia y conductas de salud. *Ciencia y enfermería*, 13(1), 9-15. Recuperado de:

https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532007000100002

Quintero, A. (2007). Diccionario especializado de familia y género. *Ra Ximhai: revista científica de sociedad, cultura y desarrollo sostenible*, 3(3), 827-830. Recuperado de:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2499872>

Rivera, B. (2012). *La realidad de los jóvenes que se van a estudiar lejos de su hogar*. Recuperado de: <http://noticias.universia.cl/en-portada/noticia/2012/02/08/909929/realidad-jovenes-van-estudiar-lejos-hogar.html>

Riveros, M., Hernández, H., & Rivera, J. (2007). Niveles de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Investigación en Psicología*, 10(1), 15-30. Recuperado de: <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/3909>

Rojas, M. (2014). *Nivel de Autoeficacia de los empleados de la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala*. (Tesis de pregrado psicología). Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/43/Rojas-Manuel.pdf>

Romero, A., Brustad, R. & García, A. (2007). Bienestar psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el deporte. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 2(2), 31-52. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/3111/311126258003.pdf>

Rosales, A. (2017). *Autoeficacia y felicidad en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima sur* (Tesis de pregrado). Recuperado de: <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/370/6/Tesis%20Rosales.pdf>

Rosales, J. (2016). *Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de lima-sur*. (Tesis de pregrado psicología clínica). Recuperado de:

[http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/ROSAL
ES%20FERNANDEZ.pdf](http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/ROSAL%20FERNANDEZ.pdf)

Ryff, C. (1989). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-55. <https://doi.org/10.1177/016502548901200102>

Salas, B., De San Jorge X., Beverido P. & Carmona, Y. (2016). La migración interna en estudiantes universitarios. ¿Un riesgo para el consumo de drogas?. *Ciencia UAT* 10(2), 23-32 Recuperado de:
[http://www.scielo.org.mx/pdf/cuat/v10n2/2007-7858-cuat-10-02-
00023.pdf](http://www.scielo.org.mx/pdf/cuat/v10n2/2007-7858-cuat-10-02-00023.pdf)

Tay Seng, K. (2020). *Dependencia emocional y autoeficacia en estudiantes de una institución educativa de lima sur* (Tesis de pregrado). Recuperado de:
[http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/892/1/Tay%2
0Seng%20Valverde%2c%20Katty%20Cecilia.pdf](http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/892/1/Tay%20Seng%20Valverde%2c%20Katty%20Cecilia.pdf)

Terry, L. (2008). *Hábitos de estudio y autoeficacia percibida en estudiantes universitarios con y sin riesgo académico*. (Tesis pregrado en Psicología Educacional). Recuperado de:
<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/650>

Torcomian, C. (2016). Experiencias universitarias en estudiantes migrantes. *Revista de Investigación en Psicología*, 19(2), 49-68.
Recuperado de:

<http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/12>

889

Uribe, P. (2014). Hogares unipersonales: “la experiencia de vivir solas y solos”.

Tendencias & retos, 20 (1), 145-160. Recuperado de:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5097457>

Velásquez, C., Montgomer, W., Montero, V., Pomalaya, R., Dioses, A., Velásquez,

N., Araki, R., & Reynoso, D. (2008). Bienestar Psicológico, Asertividad y

rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos. *Revista*

de investigación UNMSM, 11(2), 139-152. Recuperado de:

<http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/38>

45

Wicherts, J. M., & Dolan, C. V. (2004). A cautionary note on the use of information

fit indexes in covariance structure modeling with means. *Structural*

Equation Modeling, 11(1), 45-50. doi: 10.1207/S15328007SEM1101_3

Zubieta, E. & Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y

bienestar social en estudiantes universitarios de buenos aires. *Anuario de*

investigaciones, 7, 277-283. Recuperado de:

<http://www.scielo.org.ar/pdf/anuinv/v17/v17a27.pdf>