

ARTÍCULO ORIGINAL

Bienestar psicológico en estudiantes repitentes de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana

Psychological Well-Being in Repeating Students of the Faculty of Psychology of the University of Havana

Victoria Araujo Herrera^I, Daniel Savignon Araujo^{II}

I Hospital Pediátrico Docente del Cerro, Cuba.

II Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba.

RESUMEN

El presente trabajo parte de la importancia de investigar sobre el bienestar psicológico, por su relación con todas las esferas de la vida del individuo, con la conformación y desarrollo de la personalidad y con la autorregulación de su conducta. El objetivo es caracterizar el bienestar psicológico en jóvenes estudiantes repitentes de la Facultad de Psicología. Los resultados sobre la muestra de cinco sujetos arrojaron que, a casi un año académico de iniciar la repitencia, el bienestar psicológico de los individuos es positivo, que ese tiempo les ha permitido satisfacer otras esferas de su vida y que recursos personales y subjetivos favorecen dicho bienestar.

PALABRAS CLAVE: bienestar psicológico, enseñanza universitaria, repitencia.

ABSTRACT

The present work departs as from the importance of investigating psychological well-being, by its relationship with all the spheres of the individual's life, with the conformation and development of the personality and with the self-regulation of his behavior. The objective is to characterize psychological well-being in young students who are repeating the Faculty of Psychology. The results on the sample of five subjects showed that, almost to an academic year of beginning the repetition, the psychological well-being of the individuals is positive, that this time has allowed them to satisfy other spheres of their life and that personal-logical and subjective resources they favor that well-being.

KEYWORDS: *psychological well-being, university education, repetition.*

1. Psicología positiva

En el marco actual de la ciencia psicológica –y de todas las que se vinculan de una forma u otra con el proceso salud-enfermedad-, ha cobrado mucha fuerza la consideración de los elementos saludables y beneficiosos que conforman o inciden sobre el individuo.

Estos cambios en las concepciones se generan por la toma de conciencia en la sociedad, donde la investigación y el uso de las ciencias en los aspectos que se relacionan con la existencia del individuo ayudan a potenciar su evolución en todos los sentidos. Ello se traduce en la reflexión de que la búsqueda de ese estado óptimo contribuye a su mejor desenvolvimiento.

De manera que es evidente cómo ha emergido en estos últimos tiempos la Psicología positiva, que surge con el objetivo de ahondar en las fortalezas y virtudes del hombre y el efecto que ello tiene sobre sí mismo y los otros (Cuadra y Florenzano, 2003). Se enfatiza en categorías como calidad de vida, bienestar psicológico, el talento, las habilidades interpersonales, entre otras, aunque no se debe dejar de destacar el hecho de que revela los estados negativos y su relación con los positivos, a modo de un continuo cualitativo.

Uno de los temas que más ha atendido la Psicología positiva es el de bienestar psicológico, en el cual se profundizará a continuación por su relevancia para el tema de esta investigación.

2. Bienestar psicológico

El bienestar psicológico ha sido un concepto muy utilizado en la ciencia (en sus ramas sociales, económicas, políticas) e interpretado de varias maneras con zonas en común, pero con connotaciones operativas distintas. Ha sido visto como equivalente de felicidad, calidad de vida, salud mental, resiliencia, motivación (Vielma y Alonso, 2010).

Es probable que la variedad en el significado y en su uso respondan a un fenómeno sobre el que influyen factores objetivos y subjetivos, que están plurideterminados y que tienen, además, una connotación temporal (Victoria y González, 2000).

Algunos autores consideran que existe una distinción entre el bienestar psicológico y el bienestar subjetivo, asociando el primero con el desarrollo de las potencialidades humanas y el crecimiento personal, y el segundo con la satisfacción con la vida y la felicidad como medida de los afectos estables (Vielma y Alonso, 2010).

Esta dicotomía pudiera ser superada a partir de la óptica integrativa de la doctora Carmen García-Viniegras (2004), que considera que el bienestar psicológico agrupa los dos aspectos antes señalados y así lo establece en su definición:

La vivencia subjetiva relativamente estable que se produce en relación con un juicio de satisfacción con la vida (balance entre expectativas y logros) en las áreas de mayor significación para cada individuo en particular y que posee un carácter positivo, de disfrute personal, donde predominan los estados emocionales positivos. Las expectativas trazadas, los logros obtenidos y el balance entre ambos están mediados por la personalidad y por las condiciones socio-histórico y culturales en que se desenvuelve el individuo (p. 11).

De tal concepción es preciso señalar algunos elementos importantes. El primero está en la estabilidad del bienestar psicológico. La autora plantea que es relativamente estable por el hecho de que en él se incluyen tanto aspectos transitorios como otros más duraderos (que tienen efectos significativamente más duraderos) (Victoria y González, 2000).

Los elementos cognitivos de esa vivencia unidos a rasgos afectivos de la personalidad son los aspectos más estables del bienestar psicológico, y los elementos menos estables se relacionan a los estados emocionales reactivos (Victoria, 2004). La dimensión cognitiva, que tiene una gran implicación en la satisfacción que el individuo tiene con su vida –y con los diferentes aspectos de esta–, representa una reflexión del ser humano sobre su propia existencia, basada en aspiraciones, experiencias personales y creencias (Reyes, 2014).

El segundo aspecto a plantear se trata de la orientación temporal del bienestar psicológico. Este concepto se relaciona tanto con el pasado como con el presente y futuro de la persona. Lo que quiere decir que el bienestar psicológico se asocia con la vivencia de experiencias presentes, relacionadas con eventos pasados como fuente de análisis del sujeto sobre lo ya logrado (lo logrado es fuente de bienestar). Por su lado, el futuro imprime direccionalidad a las expectativas, o sea, ayuda a determinar metas y objetivos.

Estos aspectos tienen relación con la idea de que en el individuo, con un adecuado bienestar psicológico, predominan sentimientos positivos, de crecimiento personal, satisfacción con la vida, lo que favorece, además, la autodeterminación (Reyes, 2014).

Una noción que se deriva de las consideraciones anteriores es que la personalidad y el bienestar psicológico están muy imbricados mutuamente. El desarrollo persono-lógico (la autovaloración, los proyectos de vida, la motivación profesional) se beneficia de esta vivencia subjetiva relativamente estable, que, a su vez, se conforma de elementos de la personalidad y la subjetividad del individuo como el nivel de estructuración de las necesidades y motivos, el temperamento, la tolerancia a las frustraciones, una adecuada reflexión de la relación entre las aspiraciones personales y las posibilidades reales de su realización (Reyes, 2014). Como en el presente trabajo se aborda esta temática en relación con jóvenes estudiantes universitarios y la repitencia, sería pertinente referirse a estos aspectos.

3. Juventud y afectaciones en el área estudiantil

En la juventud los proyectos de vida futuros ocupan un importante lugar, determinan el camino a seguir. Estos se vinculan con la autovaloración y con otras formaciones motivacionales complejas de la personalidad como la concepción del mundo.

En el caso de los jóvenes que son estudiantes universitarios, –cuyo fin es convertirse en profesionales con un nivel superior, labor de estudio a la que tienen que dedicarle años de su vida–, se considera que la motivación profesional se integra de manera directa con los proyectos de vida futuros (o al menos entre sus proyectos futuros están los relacionados con lograr convertirse en un profesional), por lo que en mayor o menor medida tienen importancia las afectaciones en la esfera

estudiantil para este individuo joven, que puede afectar el bienestar psicológico en la satisfacción con la vida (incluido el ámbito académico), su crecimiento como persona (puede perturbar su autovaloración, su autodeterminación) y su orientación temporal hacia el futuro.

La repitencia significa volver a dar un año académico por no haber vencido los elementos suficientes para pasar al próximo año. Esta puede suponer una de las afectaciones que se mencionaban anteriormente. Por la ya referida importancia del bienestar psicológico para el desarrollo y potenciación del individuo, se indagará en la manera en que se manifiesta en estudiantes repitentes en aras de encontrarles mejores herramientas de ayuda.

4. Diseño metodológico

El diseño metodológico que se utilizó en la presente investigación fue el siguiente:

Problema de investigación: ¿cuáles son las características del bienestar psicológico en un grupo de estudiantes repitentes en el curso 2015-2016 en la carrera de Psicología?

Objetivo general: caracterizar el bienestar psicológico en un grupo de estudiantes repitentes en el curso 2015-2016 en la carrera de Psicología.

Objetivos específicos:

1. Describir la satisfacción con la vida en un grupo de estudiantes repitentes en el curso 2015-2016 en la carrera de Psicología.
2. Identificar los afectos habituales y recientes en un grupo de estudiantes repitentes en el curso 2015-2016 en la carrera de Psicología.
3. Valorar los factores persono-lógicos que se relacionan positivamente con el desarrollo del bienestar psicológico en un grupo de estudiantes repitentes en el curso 2015-2016 en la carrera de Psicología.
4. Analizar los factores persono-lógicos que se relacionan negativamente con el desarrollo del bienestar psicológico en un grupo de estudiantes repitentes en el curso 2015-2016 en la carrera de Psicología.

4.1. Población y muestra

La población de esta investigación está conformada por el conjunto de personas repitentes de la Facultad de Psicología en el curso 2015-2016, las cuales suman 25 en total. La muestra representa un 20 % de ellos, por lo que la integraron 5 estudiantes. A continuación se muestra datos sobre los sujetos investigados (tabla 1).

SUJETO	EDAD	SEXO	MUNICIPIO DE RESIDENCIA	AÑO QUE REPITE	NÚMERO DE VECES QUE HA REPETIDO
Sujeto 1	24 años	F	Playa	3ero	2
Sujeto 2	20 años	M	H. del Este	1ero	1
Sujeto 3	24 años	M	10 de Octubre	2do	1
Sujeto 4	21 años	M	Marianao	2do	1
Sujeto 5	23 años	M	H. del Este	3ro	2

4.2. Tipo de investigación

Esta investigación es de tipo mixta, ya que integra en su análisis los resultados de técnicas cualitativas con técnicas cuantitativas, con el objetivo de caracterizar el bienestar psicológico de los sujetos. Ello también se aplica en la identificación de rasgos persono-lógicos y su relación favorecedora o entorpecedora en relación al bienestar psicológico actual.

4.3. Técnicas utilizadas

Las técnicas utilizadas fueron las siguientes:

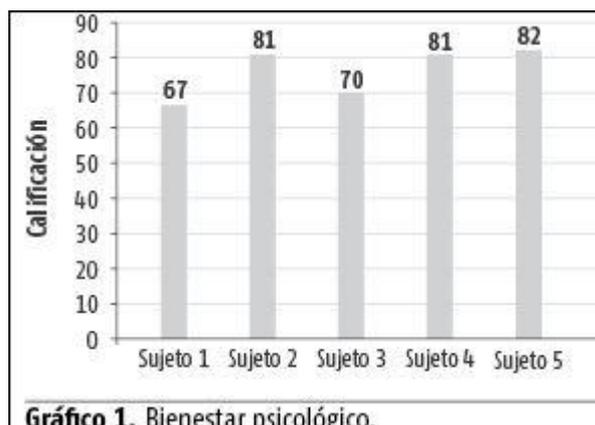
1. El cuestionario de bienestar psicológico (CAVIAR): permite indagar en el bienestar psicológico desde un punto de vista que se adecua a las concepciones teóricas que se asumen en este trabajo para su elaboración y análisis. Además, cumple con dos características importantes: exhaustivo, bastante abarcador y, al mismo tiempo, de fácil realización.
2. EL 16 PF de Raymont Cattell Forma C: posibilita conocer sobre elementos de la personalidad de los sujetos, a través de una técnica bastante efectiva por su validez predictiva. Por otro lado, es una de las técnicas más utilizadas en la evaluación persono-lógica y su aplicación ofrece valoraciones sobre numerosos aspectos o características de la persona.
3. La entrevista semi-estructurada: es el siempre necesario complemento (o raíz) de la evaluación psicológica. Aunque breve, la guía aborda aspectos fundamentales en relación al bienestar psicológico en el área académica, como los afectos involucrados, las valoraciones al respecto, las expectativas en aras de lograr una profundización cualitativa.

5. Resultados por técnicas

A continuación, se abordarán los diversos resultados obtenidos a partir de la aplicación de estas técnicas en la investigación.

5.1. Cuestionario de bienestar psicológico (CAVIAR)

El bienestar psicológico general, según el cuestionario utilizado, mostró las siguientes calificaciones para los 5 sujetos (gráfico 1).



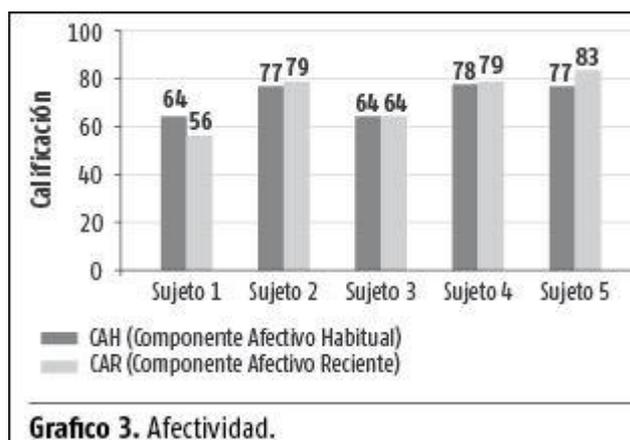
Estos datos significan que el sujeto 1 tiene un bienestar psicológico con calificación moderada, mientras que los sujetos 2, 3, 4 y 5 poseen una más alta.

En relación a la satisfacción general, es decir, la evaluación total que realiza el individuo sobre su vida al comparar sus aspiraciones y sus logros, el cuestionario de bienestar psicológico arrojó los datos siguientes. (gráfico 2)



De manera que para el sujeto 1 y 3 la satisfacción general es moderada y para los sujetos 2, 3 y 5 es alta.

Con relación a los afectos se puede observar que las diferencias entre los afectos positivos y negativos siempre son positivas. En el siguiente gráfico se expone cómo quedaron los componentes de afectos estables y afectos recientes para cada sujeto. (gráfico 3)

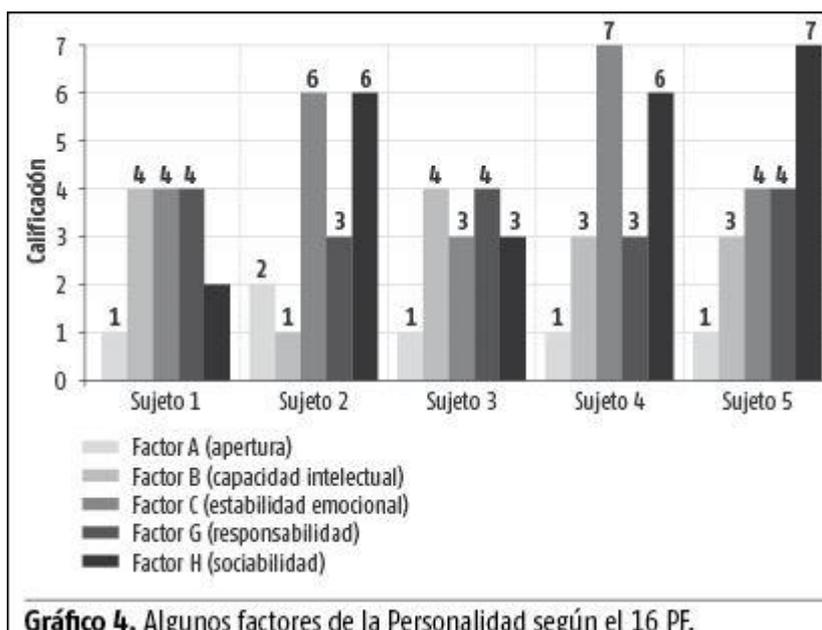


Estos resultados expresan que la afectividad en primera instancia es buena, con un carácter positivo, ya que los estados positivos habituales tienen más puntuación que los negativos. También refieren que en el momento actual también es positiva esta afectividad, pues los estados positivos recientes poseen más puntuación que los estados negativos recientes.

Resulta importante destacar que en ningún caso hay una gran diferencia entre los estados emocionales recientes y los habituales. Incluso, existen tres casos en que las puntuaciones de los estados actuales están por encima de la de los estados habituales, y un caso en que son iguales, lo que significa que desde el punto de vista del componente afectivo los sujetos no están viviendo un mal momento actualmente en relación a como siempre lo han vivido, además, se podría decir que para la mayoría (tres de ellos) es el mejor momento.

5.2. EL 16 PF de Raymont Cattell Forma C

En el análisis de esta técnica se tomó en consideración los factores A, B, C, G y H, ya que se relacionan con elementos como la apertura, la inteligencia, el control emocional, la responsabilidad y la sociabilidad, respectivamente, aspectos que se vinculan con la esfera académica. Los resultados arrojaron que todos puntúan bajo en A, B y G y se manifiestan fluctuaciones en los otros dos factores utilizados. El factor A al puntuar bajo hace referencia a una tendencia a ser reservados y no tan participativos, el factor B indica que su capacidad intelectual no es elevada, el factor G que están relativamente bajos en responsabilidad, en aceptar las obligaciones. (gráfico 4)



5.3. La entrevista semi-estructurada

Las entrevistas mostraron, entre sus principales elementos comunes, que hubo una afectividad negativa inicial expresada a través de sentimientos de frustración, molestia y malestar en sentido general, sin embargo, el transcurso escolar pudo atenuar esa afectividad y junto a recursos personales subjetivos de los sujetos ha contribuido a la relativa aceptación de la situación de repitencia.

Es interesante el hecho de que para varios de los entrevistados la pérdida de sus amistades del año, de su vínculo social, resulta uno de los elementos que más insatisfacción y afectividad negativa genera en un inicio, es decir, que el bienestar psicológico para ellos se afectó, en buena medida, dentro de la esfera social más que en la estudiantil. Esto se refleja en frases como: «me siento mal en cierta medida porque mucho de mis compañeros que compartían conmigo están en otro año... uno hace una gente propia, un grupo determinado, que ahora como quiera ya está en otro nivel [...] ya no va a ser lo mismo».⁽¹⁾

La importancia de la esfera social para el bienestar psicológico se refleja cuando conciben el hacer nuevos vínculos como una gran herramienta para enfrentar la repitencia. Al respecto ofrecen respuestas como: «[...] fuera de la manada los lobos no sobreviven, todos necesitamos siempre de la manada para vencer estas metas [...] Me gustan mucho las relaciones sociales, me enfoqué en conocer personas nuevas».⁽²⁾

A pesar de que en la reflexión sobre la causa de su repitencia son capaces de ser críticos consigo mismo y de analizar los factores que incidieron, tanto los ajenos a ellos (problemas familiares y de pareja, de salud, de necesidades económicas) como aquellos por los que son responsables (malos métodos de estudio o falta de este y desmotivación), la mayoría no fue capaz de prever que iba a repetir, por lo que el momento de iniciar la repitencia significó chocar con el no cumplimiento de sus expectativas en el área académica y por lo tanto significó insatisfacción.

Ahora bien, los datos revelan que en el momento actual esta insatisfacción en torno al área académica ha disminuido, con el apoyo también en la racionalización de la situación de repitencia como un periodo que pueden satisfacer otras esferas

de su vida como la material, la familiar y tomar un tiempo de descanso emocional. Varios de ellos lo reflejaban de la siguiente manera: «porque ya tenía tiempo para hacer todo lo demás, podía coger y ajustar todo mi itinerario [...] la vi como una oportunidad para tener tiempo para mí».⁽³⁾ Ocurre una especie de compensación debido a las posibilidades de actuar en otras esferas de la vida, esferas que en algunos casos fueron factores externos causales de la repitencia.

6. Discusión de resultados

Una vez analizados los resultados del cuestionario y los de la entrevista, se puede plantear que el bienestar psicológico de estos sujetos, en sentido general, es positivo.

El componente de satisfacción general, que es en la mayoría de los casos elevado, también es positivo. El componente afectivo está relativamente parejo entre el afecto habitual y el afecto reciente (ambos están en un sentido positivo). Ello significa que la manera en que se sienten ahora está relativamente cercana a su estado habitual positivo, incluso en varios casos igual o mejor, lo que quiere decir que afectivamente no hay una situación actual (como la repitencia) que esté influyendo mucho en su afectividad.

Estos elementos corroboran los datos ofrecidos en las entrevistas, en las que se dan argumentos como para considerar que el sentimiento de malestar y la insatisfacción que realmente existió desde el inicio de la repitencia ha disminuido en el transcurso del año, lo que responde a que estos estados e insatisfacciones por repetir tenían su causa en buena medida en el área social, o sea, en la pérdida, por el cambio del grupo, de compañeros y amistades. Los aspectos externos en la actividad de estudio tenían un gran peso en el bienestar psicológico, lo que contribuyó, a partir de la reinserción efectiva de estos estudiantes con los grupos de sus nuevos años, a que disminuyeran parte de las causas que originalmente iniciaron el malestar.

A propósito, los sujetos destacan como recurso importante que les ha servido socializar con el año y hacer nuevos vínculos en lo académico y en lo personal con esas personas para sentirse mejor. Además, el hecho de que el año de repitencia ha funcionado para alcanzar satisfacciones en otras esferas de vida (como la material, familiar, social y personal).

La evaluación actual del bienestar psicológico se ha nutrido de las posibilidades de realización que ha dado el tiempo de repitencia para las diferentes áreas de vida. Este, sin dudas, es un fuerte argumento de alivio para estos sujetos en relación a su repitencia.

Por otro lado, resultan útiles las habilidades sociales de intercambio y apertura a los nuevos contextos. Al parecer estas son habilidades que garantizan mejores vínculos y resultados desde lo académico, así como mayor afectividad y, por lo tanto, motivación.

Es curioso cómo lo planteado por los entrevistados, se argumenta también a partir del hecho de que en el 16 PF se mostró que todos tienen dificultades para la apertura al intercambio, y que, de cierta manera, todos revelaron desmotivación y cierta desconexión con la actividad docente en los momentos que repitieron.

Se puede señalar, también, cómo la tolerancia a la frustración (reflejado en la argumentación, donde exponen que han entrenado el sentimiento de aceptación) es un recurso que se destaca para enfrentar esta situación académica. En este sentido, ayuda en el proceso de aceptación el hecho de que sus motivaciones y proyecciones no están dirigidas fundamentalmente a los elementos internos de la actividad de estudio sino a los externos, como las relaciones con el grupo de compañeros y amistades.

Conclusiones

El bienestar psicológico de los sujetos de la muestra es positivo y elevado en sentido general, valorándose de positivo la satisfacción general y la afectividad. En el año de repitencia, tal bienestar pasó de mostrar afectos y sentimientos negativos como frustración, malestar e insatisfacción a un estado de positividad.

Existen otras esferas de la vida más allá de la académica que influyen esta satisfacción general, -tal es el caso de la esfera social, material y familiar- por la posibilidad de dedicarles esfuerzos y tiempo en este año de repitencia.

Por otra parte, la pérdida del círculo de amigos fue la principal razón de afectación para el bienestar psicológico por lo que el establecer vínculos con el nuevo año lo ha favorecido.

En conclusión, se pudieron identificar recursos persono-lógicos que favorecen el bienestar psicológico como la apertura a la experiencia y la tolerancia a las frustraciones, así como recursos subjetivos como habilidades sociales para el intercambio.

Anexo 1. Guía de entrevista

¿Cómo te sientes en relación a tu repitencia?

¿Por qué crees que ocurrió? ¿Era lo que esperabas?

¿Cómo ha sido para ti intercambiar con un nuevo año?

¿Cómo ha sido el hecho de que solo vengas a la escuela a dar esas asignaturas?

¿Qué haces para sentirte bien –o no sentirte mal- en relación a todo esto?

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARRA, ENRIQUE (2003): «Influencia del estado emocional en la salud física», *Revista Terapia Psicológica*, vol. 21, n.º 1, Concepción, pp. 55-60.

CUADRA, HAYDÉE y RAMÓN FLORENZANO (2003): «El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva», *Revista de Psicología*, vol. 12, n.º 1, Santiago de Chile, pp. 83-96.

GONZÁLEZ, FELICIA MIRIAM (2007): *Instrumentos de evaluación psicológica*, Editorial Ciencias Médicas, Cienfuegos.

LUSSON, MARÍA DE LA CARIDAD (2015): «Bienestar psicológico en cuidadores y cuidadoras con esquizofrenia», tesis de licenciatura, Universidad de La Habana.

REYES, YAIMA (2014): «Comportamiento del bienestar psicológico en pacientes predialíticos. Hospital Comandante Faustino Pérez», tesis de licenciatura, Universidad de Ciencias Médicas de Matanzas.

- ROCA, MIGUEL ÁNGEL (2014): «La significación del trabajo para el bienestar personal», *Revista de Divulgación Científica y Cultura de la Salud en Cuba*, <<http://www.saludvida.sld.cu/articulo/2014/01/07/la-significacion-del-trabajo-para-el-bienestar-personal>> [15/03/2016].
- RODRÍGUEZ, RAMÓN (2015): «Intento suicida y bienestar psicológico en pacientes deprimidos ingresados en el Servicio de Psiquiatría del Hospital Universitario Clínico-Quirúrgico Julio Trigo López», tesis de maestría, Universidad de La Habana.
- VICTORIA GARCÍA-VINIEGRAS, CARMEN (2004): «Construcción y validación de una técnica para evaluar bienestar psicológico», tesis de doctorado, Instituto Superior de Ciencias Médicas de La Habana.
- VICTORIA GARCÍA-VINIEGRAS, CARMEN y I. GONZÁLEZ BENÍTEZ (2000): «La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales», *Revista Cubana de Medicina General Integral*, vol. 16, n.º 6, La Habana, pp. 586-592.
- VICTORIA GARCÍA-VINIEGRAS, CARMEN; VIVIAN LÓPEZ y ARMANDO SEUC (2004): «Propuesta metodológica para la evaluación del bienestar psicológico», *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, vol. 7, n.º 2., México D. F., pp. 36-55.
- VIELMA, JHORIMA y LEONOR ALONSO (2010): «El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica», *Revista Educere*, vol. 14, n.º 49, Mérida, pp. 265-275.

Recibido: 10/1/17

Aceptado: 15/7/17

Victoria Araujo Herrera. Hospital Pediátrico Docente del Cerro, Cuba. Correo electrónico: victoriah@infomed.sld.cu

Daniel Savignon Araujo. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba. Correo electrónico: danielsavignon24@gmail.com

NOTAS ACLARATORIAS

1. Fragmento de testimonio.
2. Fragmento de testimonio.
3. Fragmento de testimonio.