

Bienestar Psicológico de Estudiantes Universitarios de España y México

Pech Campos, S.J., Ross, G., Callejas, A. I., Fernández, M, T.

Departamento de Psicología, Universidad de Castilla-La Mancha, Ciudad Real, España

Departamento de Psicología, Instituto Tecnológico de Sonora, Cd. Obregón, Sonora, México

Silvia.Pech@uclm.es, guadalupe.ross@itson.edu.mx

Llegar a la universidad ha sido señalado por diversos autores como un momento difícil y crítico a nivel evolutivo pues coincide con la transición de la adolescencia a la adultez y con la búsqueda de la propia identidad. El bienestar psicológico hace alusión a un equilibrio emocional, físico y mental para obtener un desempeño óptimo en los diferentes contextos de su vida, con habilidades adecuadas que permita el desarrollo integral de la persona. Investigar sobre bienestar psicológico en jóvenes universitarios actualmente tiene una mayor relevancia, dado que compone un grupo vulnerable, en torno a las nuevas experiencias, lo que conlleva un cierto nivel de estrés provocado por el desarrollo de sus estudios universitarios y la vida. El objetivo es comparar las características del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de España y de México, analizando la relación entre las diferentes dimensiones que lo componen: D1: Auto aceptación, D2: Relaciones positivas, D3: Autonomía, D4: Dominio del entorno, D5: Crecimiento Personal y D6: Propósito en la vida; con una escala 1-6; buscando además si hay relación en el bienestar psicológico de los universitarios de ambos contextos. Para ello, se emplea el instrumento denominado: Adaptación Española de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff y Keyes 1995, realizada por Díaz, et al. (2006). Al ser un estudio comparativo, con la participación de 120 universitarios de España y 120 universitarios de México, de Educación y Psicología, la muestra estuvo conformada por mujeres y hombres; con una media de edad de 21,09 años de los estudiantes universitarios. Los datos han sido procesados con el paquete estadístico del SPSS v.23, encontrándose un perfil de medias similar (3,9) en los resultados en cuanto a la autovaloración del bienestar entre los universitarios de ambas universidades, con respecto a las distintas dimensiones: D1: 4,5; D2: 3,0; D3: 3,3; D4: 3,7; D5: 4,3; D6: 4,8. Como conclusión, en cuanto al Bienestar Emocional existe una significativa valoración positiva entre los universitarios de ambas universidades, con respecto a la edad y al género. Además, como resultado

relevante, esta comparación permitirá desarrollar la adaptación de la Escala de Bienestar a la población mexicana y conocer las pautas para la construcción de nuevas estrategias que potencialicen las fortalezas de los jóvenes universitarios atendiendo las necesidades de desarrollo integral de los estudiantes, así como el fortalecimiento de capacidades tanto de los jóvenes en contextos universitarios en una dinámica de reciprocidad; además de garantizar que el entorno universitario facilite condiciones apropiadas para que el estado de bienestar percibido se desarrolle o se mantenga durante su permanencia en la universidad e incluso le permita contar con herramientas para que el estado de bienestar en las diferentes dimensiones se prolonguen más allá de la etapa universitaria. Este estudio cobra mayor relevancia dado que nos permite investigar diversos rasgos de personalidad, creencias y actitudes de los universitarios hacia su salud.

Palabras clave: Bienestar psicológico; universitarios; Educación; Psicología; contexto.

Psychological well-being of University Students of Spain and Mexico

Pech-Campos, S. J., Ross, G., Callejas, A. I., Fernández, M, T.

Departamento de Psicología, Universidad de Castilla-La Mancha, Ciudad Real, España

Departamento de Psicología, Instituto Tecnológico de Sonora, Cd. Obregón, Sonora, México

Silvia.Pech@uclm.es, guadalupe.ross@itson.edu.mx

Being a university student has been pointed out by various authors as a difficult and critical time at an evolutionary level since it coincides with the transition from adolescence to adulthood and with the search for oneself identity. Psychological well-being refers to an emotional, physical and mental balance to obtain an optimal performance in the different contexts of his life, with adequate skills that allow the integral development of the person. Investigating psychological well-being in university students is currently more relevant, since it compose a vulnerable group, living new experiences, which entails a certain level of stress caused by the development of their university studies and life. The objective is to compare the characteristics of psychological well-being in university students in Spain and Mexico, analyzing the relationship between the different dimensions that compose it: D1: Self acceptance, D2: Positive relationships, D3: Autonomy, D4: Domain of the environment, D5 : Personal Growth and D6: Purpose in life; Scale 1-6; looking also if there is a relationship in the psychological well-being of the university students of both contexts. For this, the instrument called: Spanish Adaptation of the Psychological Well-Being Scales of Ryff and Keyes 1995, adapted by Díaz, et al. (2006). This comparative study, counted with the participation of 120 university students from Spain and 120 university students from Mexico, from Colleges of Education and Psychology, the sample consisted of women and men; with an average age of 21.09 years of university students. The data have been processed in a statistical package of SPSS v.23, finding a similar profile of means (3,9) in the self-assessment results regarding the well-being among the university students of both universities, with respect to the 6 different dimensions: D1: 4,5 ; D2: 3.0; D3: 3.3; D4: 3.7; D5: 4.3; D6: 4.8 In conclusion, regarding Emotional Wellbeing there is a significant positive assessment among university students of both universities, with respect to

age and gender. In addition, as a relevant result, this comparison will allow the adaptation of the Well-being Scale to the Mexican population and to design the guidelines for the construction of new strategies that potentialize the strengths of the university students attending the integral development of the students. as the capacity building of both young people in university contexts in a dynamic of reciprocity; in addition to guaranteeing that the university environment facilitates appropriate conditions for the perceived wellbeing state, to be developed or maintained during their stay in the university and even allows them to have tools for the wellbeing state in their different dimensions to extend beyond the university stage. This study is more relevant given that it allows us to investigate different personality traits, beliefs and attitudes of university students towards their mental health.

Key words: Psychological well-being; University students; Education; Psychology; Context.