

AUTOEFICACIA Y FELICIDAD EN INGRESANTES A UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO

Gustavo Adolfo Morillo Ahumada*

Universidad César Vallejo

RESUMEN

La presente investigación, de diseño transeccional correlacional, estableció la relación entre la autoeficacia y la felicidad. Para tal fin se trabajó con una muestra probabilística aleatoria de 318 alumnos, con un error muestral de 5%, representando a una población de 1552 ingresantes a una universidad privada de Trujillo durante el semestre 2011- I. A la muestra representativa se le aplicó la Escala de Autoeficacia General de Schwarzer y Jerusalem y la Escala Factorial para medir la Felicidad de Reynaldo Alarcón. Entre los resultados obtenidos se observa que existe relación directa entre la autoeficacia y la felicidad ($p<0.01$).

Palabras claves: Autoeficacia, felicidad, factores de felicidad, ingresantes, universidad.

SELF - EFFICACY AND HAPPINESS IN ENTERING A PRIVATE UNIVERSITY OF TRUJILLO

ABSTRACT

The present investigation, of design transeccional correlacional, established the relationship between the self-efficacy and the happiness. For such an end one worked with a sample random probabilística of 318 students, with a sampling error of 5%, representing a population of 1552 of de first semester to a private university of Trujillo during the semester 2011-I. To the representative sample they were applied the Scale of General Autoeficacia of Schwarzer and Jerusalem and the Factorial Scale to measure the Happiness of Reynaldo Alarcón. Among the obtained results it is observed that direct relationship exists between the autoeficacia and the happiness ($p<0.01$).

Keywords: self-efficacy a, happiness, factors of happiness, ingresantes, university.

AUTOEFICÁCIA E FELICIDADE EM INGRESSANTES DE UMA UNIVERSIDADE PRIVADA DE TRUJILLO

RESUMO

Esta pesquisa, transeccional projeto correlacional estabeleceu a relação entre auto-eficácia e felicidade. Para isso trabalhamos com uma amostra probabilística aleatória de 318 alunos, com um erro amostral de 5%, representando uma população de 1.552 calouros de uma universidade privada em Trujillo durante o semestre 2011-I. A amostra representativa foi aplicado Geral Escala de Auto-Eficácia Schwarzer e Jerusalém eo fator de escala para medir Reynaldo Alarcón Felicidade. Dentre os resultados obtidos mostram que há relação direta entre a auto-eficácia e felicidade ($p<0.01$).

Palavras-chave: auto-eficácia, a felicidade, os fatores de felicidade, calouros, universitários.

*Mg. En Psicología Clínica y de la Salud. Correspondencia: tavo_41@hotmail.com

En el campo de la Psicología es importante ampliar el conocimiento de variables de estudio que vayan más allá de la psicopatología y aspectos anormales.

En el ámbito educativo, desde hace más de 20 años, el trabajo científico ha seguido líneas de investigación centradas en el impacto de la autoeficacia sobre la motivación, el rendimiento, los intereses y las metas académico-profesionales (Brown et al., 2008). Sin embargo, no se han realizado investigaciones que reporten la relación que existe entre la autoeficacia y la felicidad.

Existen organismos educativos que valoran la preparación académica, ignorando el aspecto afectivo del ser humano, incluso, muchas Instituciones Educativas se jactan de ser preuniversitarias, y dicen, preparar al alumno con visión empresarial, olvidando que la persona es un ser integral, que llega a autorealizarse no sólo por sus logros académicos, sino por el bienestar subjetivo que es producto de la armonía entre su pensar, su sentir y su actuar.

La autoeficacia se percibe como la capacidad que predispone al alumno para ser un buen profesional. Es abordada en la infancia y la adolescencia de forma intensa y en relación con el funcionamiento académico y al desarrollo cognitivo (Bong, 2001). No se toma en cuenta, que es más frecuente encontrarse con personas que viven constantemente en la amargura, tristeza, pesimismo y desinterés. Saravia (2004) refiere que vivir en un mundo globalizado propicia que uno de los problemas de nuestro tiempo sea que las personas se encuentren atrapadas en una penetrante sensación de falta de sentido, que es el síntoma más relevante de la neurosis colectiva: el vacío existencial.

Por ello, al hablar de autoeficacia en colegiales o en universitarios, no sólo se debería tomar en cuenta el aspecto profesional, sino, desde una óptica holística e integral, el aspecto afectivo-emocional.

Durante los últimos años, las teorías de la emoción y del bienestar subjetivo han adoptado de un modo creciente la idea de que los estados

afectivos son una función del estado de desarrollo y de la naturaleza de los objetivos personales (Myers & Diener, 1995, citado por Sansinenea et al., 2008). Los objetivos personales se relacionan con las percepciones elaboradas acerca de lo que un individuo quiere lograr en determinado momento (Brunstein, Schultheiss & Grässmann, 1998, citado por Sansinenea et al., 2008).

Es plausible suponer que aquellas personas que elijan objetivos con los que se identifican y a los que dan un valor personal, se encuentren mejor protegidas del estrés y de la mirada de disfunciones, síntomas y quejas físicas que éste produce.

Los estudiantes que egresan de las aulas escolares ante un futuro desconocido, en un clima muchas veces desesperanzador por las carencias económicas que se vive, se muestran sólo moderadamente resilientes y felices, lo cual va en la dirección de lo reportado en diversas investigaciones alrededor del mundo (Salgado, 2009).

En la medida que los adolescentes y jóvenes descubren el mundo, van percibiendo de forma más realista su medio, disminuyen sus deseos de superación, lo cual puede ser comprensible en un país caracterizado por la desigualdad e injusticia entre las clases sociales, que muchas veces genera tensión y frustración (Salgado, 2009). De manera rotunda, la adolescencia se acompaña de una progresiva disminución de la autoeficacia (Carrasco & Del Barrio, 2002).

Por otro lado, los principios educativos señalan que la educación debe ayudar a los alumnos para que decidan lo que son y lo que quieren llegar a ser. En este enfoque se considera necesario ayudar a los estudiantes a explorar y comprender de un modo más cabal lo que es su persona, el significado de su existencia, y su responsabilidad hacia los demás. Los educadores de enfoque humanista ven la educación como un proceso de formación íntegra, en el que es factible y deseable, que los alumnos encuentren el sentido a su vida (Magaña, Zavala, Ibarra, Gómez & Gómez, 2004).

Existe un creciente número de profesionales que durante su vida personal y laboral evidencian problemas depresivos, de estrés y tensión, así como intentos de suicidios y largos períodos de recuperación hospitalaria (Acuña, 2001). ¿Qué está pasando con estos profesionales que aparentemente deberían tener un nivel de vida bastante superior al promedio en consecuencia con una calidad de vida más que satisfactoria, muy alejada de las preocupaciones y tensiones que producen las carencias económicas en general? ¿Qué ocurre entonces? ¿Por qué estaríamos en presencia de una persona más infeliz que feliz? ¿Qué le falta a este profesional para aproximarse a la felicidad y a un mejor sentido de vida?

Es curioso lo que ocurre, porque la búsqueda de la felicidad es una constante en la vida humana. Los avances de la tecnología tienen como fin último que el ser humano sea cada vez más feliz. La nueva economía ha traído un mundo global supuestamente más favorable al ser humano. Todo, en consecuencia, se encausa, presumiblemente, a que el hombre sea cada vez más dichoso en su entorno y disfrute en forma más plena de la vida.

Muchos políticos en el Perú y en los países subdesarrollados, buscan mejorar la educación, el sistema de salud, incrementar los puestos laborales, acabar con la delincuencia, etc.

La política define el bienestar con relación a un sistema de ayuda social donde se postula como elemento primordial la satisfacción de necesidades, bajo la consideración de las condiciones de vida. Pero, será posible alcanzar la felicidad en los peruanos, especialmente en los jóvenes universitarios que son el futuro del país, a partir de la intervención de políticos. Alcanzar la felicidad va más allá del trabajo presidencial y congresal; la mejora en la población tiene que ver con el cambio cualitativo en la valoración de la vida que la población percibe (Arita, 2005); es necesario valorar la autoeficacia como una capacidad que debe trascender el aspecto académico-intelectual, cultivarla en distintos ámbitos será un paso más hacia el logro de la

felicidad.

La autoeficacia ha sido estudiada buscando la predicción de un adecuado rendimiento académico, así como investigando la relación con los estados de ansiedad que perjudican el buen desenvolvimiento. Se ha encontrado a la autoeficacia relacionada con la participación social (Velásquez, Martínez & Cumsille, 2004), con la autoconcordancia y el afecto positivo (Sansinenea et al., 2008).

Por otro lado, la felicidad vista como bienestar subjetivo se ha estudiado como variable relacionada al autoconcepto físico en adolescentes (Rodríguez, 2005), además se ha encontrado que está relacionada con la satisfacción (Gómez, Villegas, Barrera & Cruz, 2007), con la inteligencia emocional (Ferrer & Morales, 2009), con la resiliencia y optimismo (Salgado, 2009).

Sin embargo, no se ha estudiado a la autoeficacia y a la felicidad como fenómenos que se presentan en una población que está a puertas de iniciar una vida universitaria en pro de su formación personal y profesional.

Frente a ello, surgió la interrogante ¿Cuál es la relación entre la autoeficacia y la felicidad en ingresantes a una universidad privada de Trujillo?

En base a lo mencionado, el presente estudio tuvo por objetivo determinar la relación que existe entre la autoeficacia y la felicidad en ingresantes a una Universidad Privada de Trujillo.

Como hipótesis central, se consideró que existe relación directa entre la autoeficacia y felicidad en ingresantes a una universidad privada de Trujillo.

Es importante el establecimiento de la relación entre ambas variables porque a partir de los resultados se propicia la reflexión acerca de la formación que realmente necesitan los estudiantes, aquella que profundiza en contenidos académicos, o aquella que, íntegramente, se preocupa por el intelecto, así como por las habilidades para la vida, estas que permiten triunfar o fracasar ante la adversidad.

MÉTODO

La presente investigación es sustantiva de tipo correlacional; su diseño es transeccional-correlacional (Hernández, Fernández & Baptista, 2006), ya que determinó la relación positiva entre la autoeficacia y la felicidad en ingresantes a una Universidad Privada de Trujillo.

Participantes:

La población estuvo conformada por 1552 ingresantes de distintas carreras profesionales, en el periodo 2011-I, a una Universidad Privada de Trujillo. Se trabajó con una muestra representativa de 318 personas.

Los participantes tienen entre 16 y 36 años de edad, representado el 98% a estudiantes entre 16 y 24 años, y sólo un 2% a estudiantes entre 25 y 36 años. De los participantes el 43% son varones y el 57% son mujeres. Se identificó a un 98% con estado civil soltero, un 0.6% es conviviente, al igual que separado, y sólo el 0.3% es casado y viudo respectivamente. El 51% de ellos pertenecen a la ciudad de Trujillo y un 49% son de condición inmigrante. Respecto al colegio de donde proceden, un 62% estudió en una institución nacional y un 38% en una privada. Además, un gran 87% sólo estudia, y un 13% del total, se dedica a trabajar y a estudiar. En cuanto a la religión que profesan, un 70% son católicos, un 13% evangélicos, un 4% adventistas y sólo 1% mormones, por otro lado, un 12% dice no pertenecer a ninguna.

El muestreo utilizado es probabilístico de tipo estratificado, ya que se separaron a los participantes de la muestra según su carrera profesional. El número de participantes en cada escuela es proporcional al total que existe en ellas. La participación se determinó realizando una elección al azar mediante un sorteo entre los alumnos ingresantes.

En total son 20 carreras profesionales: administración de empresas, administración de negocios internacionales, administración en turismo y hotelería, marketing, contabilidad, derecho, obstetricia, nutrición, enfermería, psicología, medicina humana, educación inicial,

traducción e interpretación, ingeniería mecánica, ingeniería civil, ingeniería industrial, ingeniería agroindustrial, ingeniería mecánica, arquitectura y ciencias de la comunicación.

Instrumentos:

Escala de Autoeficacia General:

Escala construida por Schwarzer y Jerusalem (1979), de procedencia alemana. Adaptada al Español por Baessler y Schwarzer (1996); adaptada en Lima por Grimaldo (2005).

El objetivo de la escala es evaluar el sentimiento estable de competencia personal para manejar de forma eficaz una gran variedad de situaciones estresantes. El ámbito de aplicación, en Lima, abarca estudiantes de 4to y 5to de educación secundaria, entre 14 y 18 años de edad, pertenecientes a un nivel socioeconómico medio y bajo; en Trujillo, está diseñada para ingresantes a Universidades. La forma de aplicación es colectiva o individual, con una duración indeterminada, aproximadamente entre 10 a 15 minutos. Los materiales que se utilizan son un protocolo, lápiz y manual.

La prueba utilizada para este estudio, después de ser validada está compuesta por 9 ítems. La forma de respuesta a cada ítem se realiza en una escala de tres puntos (1 = nunca, 2 = a veces, 3 = siempre).

Para la corrección se sumó cada opción que tiene un puntaje con la finalidad de llegar a una totalidad (1 = nunca, 2 = a veces, 3 = siempre). Las puntuaciones de la Escala oscilan entre 9 y 27. Luego se ubica a la persona según el nivel de autoeficacia que le corresponde.

Baessler & Schwarzer (1996) estudiaron la validez de criterio, para lo cual se utilizaron medidas específicas de depresión, ansiedad y optimismo. Se obtuvo una correlación negativa entre autoeficacia y depresión ($r = -.42$) y ansiedad ($r = -.43$) así como una correlación positiva entre autoeficacia y optimismo ($r = .57$). Se destaca la similitud existente entre los coeficientes obtenidos en la versión alemana y española, lo cual indica la elevada validez transcultural del

instrumento.

En la ciudad de Lima, la escala fue sometida a análisis de ítems para estudiar la correlación existente entre las respuestas a cada ítem y la puntuación total. Los resultados obtenidos muestran coeficientes de correlación muy satisfactorios. El coeficiente de consistencia interna, estimada por el coeficiente alfa de Cronbach es de 0.81, lo cual es de gran relevancia si se tiene en cuenta que la escala incluye sólo 10 ítems (Grimaldo, 2005).

Grimaldo (2005), para la validez de constructo, aplicó el análisis factorial por el método de ejes principales. La extracción del número de factores se circunscribió a uno, debido a que ya se conocía la estructura del instrumento basado en que es un constructo unidimensional. Para la validez divergente se utilizó el Coeficiente r de Pearson, para establecer el análisis correlacional entre la Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes y la Prueba de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer.

En la ciudad de Trujillo, se realizó la validez de contenido, a través del método de Criterio de Jueces, por lo cual se utilizó el Coeficiente V de Aiken. Previamente se aplicó el instrumento a una muestra piloto de 10 alumnos, con la finalidad de asegurar el entendimiento de las instrucciones, ítems y opciones de respuestas; de esta manera se logra recoger sus sugerencias. A partir de los resultados de la muestra piloto, las opciones de respuesta son modificadas, eliminándose una de ellas y cambiando de denominación para dar mayor facilidad al alumno al momento de leer una pregunta y elegir una respuesta; las opciones de respuesta fueron modificadas a: "Nunca, A veces, Siempre". Después se pasó a la validez por criterio de jueces, así se consultó a 10 psicólogos especialistas, que ostentan el título de Licenciado y/o el Grado de Maestro o Doctor de Psicología. Se utilizó la V de Aiken; el coeficiente puede obtener valores entre 0 y 1, y a medida que sea más elevado el valor computado, el ítem tendrá una mayor validez de contenido. En un inicio la Escala tuvo 10 ítems; se eliminó un ítem por no contar con el coeficiente

aceptable.

Así también se realizó el análisis de validez mediante el método ítem test para estudiar la correlación existente entre las respuestas a cada ítem y la puntuación total. Se trabajó con una muestra de 318 ingresantes. Los resultados obtenidos muestran coeficientes de correlación muy satisfactorios. El coeficiente de Pearson es elevado y oscila entre 0.436 y 0.616 a un nivel de significancia de $p < .001$.

En cuanto a la confiabilidad, en la adaptación española trabajada por Baessler & Schwarzer (1996) los resultados fueron muy satisfactorios, obteniendo ,81 en el estudio de la consistencia interna, a partir del Coeficiente Alfa de Cronbach.

En la Ciudad de Lima, Grimaldo (2005), trabajó la confiabilidad a partir del análisis de Consistencia Interna, utilizando el Coeficiente Alfa (0.75).

En la ciudad de Trujillo, para el presente estudio, se trabajó la confiabilidad utilizando el Coeficiente Alfa de Cronbach; se aplicó el instrumento a una muestra de 318 alumnos ingresantes a una universidad privada de Trujillo, obteniéndose el coeficiente de 0.78.

Escala Factorial para Medir la Felicidad:

Escala construida por Reynaldo Alarcón (2006), de procedencia de Lima – Perú.

El objetivo es evaluar los cuatro factores de la felicidad; el sentido positivo de la vida, la satisfacción con la vida, la realización personal y la alegría de vivir. El ámbito de aplicación en Lima abarca estudiantes universitarios de 20 a 30 años de edad; en Trujillo está diseñada para ingresantes a Universidades. La forma de aplicación es colectiva o individual. La duración de la aplicación es indeterminada, aproximadamente entre 15 a 20 minutos. Los materiales a utilizar son un protocolo, lápiz y manual.

Entre los factores que mide se encuentra el sentido positivo de la vida, que indica grados de felicidad, actitudes y experiencias positivas hacia

la vida. En este sentido, la felicidad significa estar libre de estados depresivos profundos, tener sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida. También, considera la satisfacción con la vida, que expresa satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree que está donde tiene que estar, o porque se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida. Además, toma en cuenta a la realización personal, que expresa felicidad plena, y no estados temporales del “estar feliz”. Señala autosuficiencia, autarquía, tranquilidad emocional, placidez, todas son condiciones para conseguir el estado de felicidad completa. Así también, considera la alegría de vivir, que señala lo maravilloso que es vivir, refiere experiencias positivas de la vida y sentirse generalmente bien.

La Escala de Felicidad está compuesta por 27 ítems contruidos según una escala de tipo Likert, de cinco alternativas: totalmente de acuerdo; acuerdo; ni acuerdo ni desacuerdo; desacuerdo; y totalmente en desacuerdo.

La estimación de la validez de la Escala se sustenta en hallazgos de investigaciones que han puesto en evidencia una fuerte relación entre felicidad y algunas variables psicológicas consideradas predictoras de ella. Se estimó las correlaciones entre la Escala de Felicidad con las escalas de extraversión y neuroticismo del Inventario de Personalidad de Eysenck. Entre la Escala de Felicidad y extraversión, se encontró una correlación alta y significativa ($r=0.378$; $p<.01$); con neuroticismo la correlación fue negativa y alta ($r=-.450$; $p<.01$).

Entre Felicidad y Afectos Positivos, se encuentra una puntuación positiva y significativa ($r=0.48$; $p<0.01$), a diferencia de ello, la correlación con los afectos negativos, es significativa y negativa ($r=-.51$; $p<0.01$).

En lo concerniente a las correlaciones entre las sub-escalas de Felicidad, todas son positivas y significativas ($p<.01$); es decir, los factores están positiva y significativamente correlacionados entre ellos. Presentan correlaciones más altas los factores Satisfacción con la Vida y Realización Personal ($r=.67$); y

Sentido Positivo de la Vida con Alegría de Vivir ($r=.57$). Estas correlaciones informan sobre la validez de constructo de la Escala de Felicidad e indican que las cuatro sub-escalas contribuyen a medir las dimensiones del constructo.

En la ciudad de Trujillo, se realizó la validez de contenido, a través del método de Criterio de Jueces, por lo cual se utilizó el Coeficiente V. de Aiken. Previamente se aplicó el instrumento a una muestra piloto de 10 alumnos, con la finalidad de asegurar el entendimiento de las instrucciones, ítems y opciones de respuestas; de esta manera, se logra recoger sus sugerencias, evidenciándose conformidad en el entendimiento de la prueba. Después se consultó a 10 psicólogos especialistas, que ostentan el título de Licenciado, y/o el Grado de Maestro o Doctor de Psicología. Se utilizó la V. de Aiken; el coeficiente puede obtener valores entre 0 y 1, y a medida que sea más elevado el valor computado, el ítem tendrá una mayor validez de contenido. El resultado indica validez significativa del instrumento a un nivel de significancia de 0.05 en todos los ítems. Ningún ítem fue eliminado, quedándose con los 27 que inicialmente tiene la escala.

Así también se realizó el análisis de validez mediante el método ítem test para estudiar la correlación existente entre las respuestas a cada ítem y la puntuación total. Se trabajó con una muestra de 318 ingresantes. Los resultados obtenidos muestran coeficientes de correlación muy satisfactorios. El coeficiente de Pearson es elevado; en el factor de sentido positivo de vida, fluctúa entre 0.436 y 0.560; en el factor de satisfacción con la vida, oscila entre 0.678 y 0.838; en el factor de realización personal, fluctúa entre 0.713 y 0.802; en el factor de alegría de vivir, oscila entre 0.869 y 0.907; todos los coeficientes de validez fueron analizados a un nivel de significancia de $p<.001$.

En cuanto a la confiabilidad, Alarcón (2006), realizó el análisis de la confiabilidad mediante el análisis de Correlación Ítem-Escala. Se practicaron sucesivas correlaciones entre cada ítem y la puntuación total de la escala. Se analizó la confiabilidad mediante el análisis de

Coefficientes Alfa de Cronbach. Todos los valores Alfa son altamente significativos, su rango va de 0.909 a 0.915. La Escala total presenta una elevada consistencia interna ($\alpha=0.916$, basada en ítems estandarizados). El factor sentido positivo de la vida, posee una alta confiabilidad (Alfa de Cronbach = 0.88). El factor satisfacción con la vida un Alfa de Cronbach de 0.79. El factor realización personal posee una confiabilidad media (Alfa de Cronbach = 0.76). El factor alegría de vivir tiene una confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0.72.

En la ciudad de Trujillo, para el presente estudio, se trabajó la confiabilidad utilizando el Coeficiente Alfa de Cronbach; se aplicó el instrumento a una muestra de 318 alumnos ingresantes a una universidad privada de Trujillo, obteniéndose coeficientes de confiabilidad en la escala de sentido positivo de la vida (0.88), satisfacción con la vida (0.87), realización personal (0.84), alegría de vivir (0.90). La escala total presenta un coeficiente de 0.94.

Procedimiento:

Se aplicó los instrumentos a la muestra representativa durante las clases de tutoría. Cada clase de tutoría tiene como máximo 17 alumnos; se obtuvo un permiso formal para ingresar a cada salón. Primero, se dio la presentación del investigador y se explicó el motivo de la visita, enfatizando en los objetivos de la investigación, en la importancia de los estudios serios y en la modalidad de selección aleatoria para la muestra. Con la lista de seleccionados se pasaba a ubicarlos, colocándolos en una sola columna; quienes se encontraban en la lista pero no estaban

en hora de clase, eran eliminados de la muestra y se pasaba a llamar al siguiente alumno que era parte de la lista de seleccionados adicionales elaborada con la intención de reemplazar a aquellos que reportan inasistencia. A los alumnos que fueron mencionados y que mostraron negación a la participación también fueron eliminados de la muestra y se pasó a llamar a aquel que se encontraba en la lista adicional. Después, de ubicar a los alumnos y de asegurar el orden, la comodidad y el silencio, se pasó a entregarles la carta de consentimiento; se pasó a leer el consentimiento en voz alta; a los alumnos que se negaron a participar después de leer el consentimiento, se los eliminó de la muestra y se seleccionó otro alumno perteneciente a la lista adicional.

Se mencionó que su participación no provocaría daño y que podrían retirarse en cualquier momento, enfatizando en la importancia de los resultados como aporte a la institución y a la población en general. Se solicitó que firmen el documento en señal de aceptación. Después, se repartió la escala de autoeficacia general, explicando cuidadosamente las instrucciones; después se recogieron las escalas y se pasó a repartir la escala para medir la felicidad y sus factores. Al concluir se agradeció por la participación voluntaria. Se preguntó si todo quedó claro o si había alguna interrogante.

Posteriormente se procedió a calificar los instrumentos psicológicos y a elaborar la base de datos para su posterior análisis estadístico.

RESULTADOS

Tabla 1
Niveles de Autoeficacia en ingresantes a una Universidad Privada de Trujillo

Nivel de Autoeficacia	F	%
Alto	75	23.60
Medio	149	46.80
Bajo	94	29.60
Total	318	100.00

La Tabla 1 muestra que el nivel medio de autoeficacia se presenta en mayor porcentaje de ingresantes, quienes moderadamente poseen capacidad para resolver problemas, cumplir deseos y objetivos, demostrando una aceptable confianza en sí mismos, tenacidad y perseverancia en su día a día, facilitándoles la

resolución de situaciones imprevistas. A diferencia de un menor número de ingresantes que no cultivan dichas capacidades o características personales. A pesar de ello, existe una cantidad, que aún siendo menor, utilizan la autoeficacia de manera idónea, evidenciando que esta es parte de sus fortalezas personales.

Tabla 2

Niveles de Felicidad en ingresantes a una Universidad Privada de Trujillo

Nivel de Felicidad	f	%
Alto	77	24.21
Medio	163	51.26
Bajo	78	24.53
Total	318	100.00

La Tabla 2 evidencia un gran número de ingresantes con un nivel medio de felicidad, indicando un aceptable estado afectivo de satisfacción que generan bienestar psíquico y social. También, es alentador el número de

participantes que presentan un alto nivel de felicidad, estado afectivo que es más constante en sus vidas cotidianas. A diferencia de aquellos que presentan un bajo nivel felicidad, quienes evidencian un estado de insatisfacción emocional.

Tabla 3

Niveles de los Factores de Felicidad en ingresantes a una Universidad Privada de Trujillo

Factores	Nivel	f	%
Sentido positivo de la vida	Alto	73	23.00
	Medio	171	53.77
	Bajo	74	23.23
Satisfacción con la vida	Alto	75	23.60
	Medio	162	50.93
	Bajo	81	25.47
Realización personal	Alto	73	22.95
	Medio	167	52.52
	Bajo	78	24.53
Alegría de vivir	Alto	105	33.01
	Medio	160	50.31
	Bajo	53	16.68

En la tabla 3 se identifica en el factor sentido positivo de la vida, un porcentaje mayor de ingresantes con sentimientos positivos hacia sí mismos y hacia la vida, reflejando actitudes aceptables hacia diferentes situaciones del día a día; un menor grupo goza de plenos sentimientos positivos, sin embargo, otra cantidad proporcionalmente similar, vivencia sentimientos depresivos y desesperanzadores hacia su persona y hacia la vida. En el factor satisfacción con la vida, la mayoría de ingresantes manifiesta una moderada satisfacción por lo que han alcanzado, percibiendo regularmente que están desempeñándose en actividades y en el lugar adecuado para su crecimiento; un menor grupo tiene este sentimiento de satisfacción en un nivel

óptimo, quienes contrastan con aquellos que presentan insatisfacción en su desenvolvimiento cotidiano. En el factor de realización personal, gran número de los ingresantes presenta una aceptable expresión de felicidad plena, evidenciando, moderadamente, tranquilidad emocional y placidez; a un nivel superior de expresión de sentimientos de felicidad, se encuentra un menor grupo de ingresantes, quienes gozan de plenos estados de tranquilidad y placer; en igual proporción están aquellos que se sienten intranquilos e infelices. En el factor alegría de vivir, se identifica que la mayoría de participantes sienten que es maravilloso vivir, señalando experiencias positivas de la vida y sensaciones de bienestar general en su día a día.

Tabla 4

Correlación entre la Autoeficacia y la Felicidad en ingresantes a una Universidad Privada de Trujillo

		Felicidad
Autoeficacia	Rho de Spearman	.402**
	P	.000

** $p < 0.01$

En el análisis de la relación entre la autoeficacia y la felicidad, se aprecia una relación directa estadísticamente muy significativa

($p < 0.01$) de grado moderado entre ambas variables.

Tabla 5

Correlación entre la Autoeficacia y los Factores de Felicidad en ingresantes a una Universidad Privada de Trujillo

		Sentido positivo de la vida	Satisfacción con la vida	Realización personal	Alegría de vivir
Autoeficacia	Rho de Spearman	.403**	.317**	.346**	.287**
	P	.000	.000	.000	.000

** $p < 0,01$

En el análisis de la relación entre la autoeficacia y los factores de felicidad, se determina, entre la autoeficacia y el factor sentido positivo de la vida, una relación directa muy significativa ($p < 0.01$) de grado moderado; en el factor satisfacción con la vida asociado a la autoeficacia, se aprecia una relación directa de grado moderado, estadísticamente muy significativa ($p < 0.01$) entre ambas variables; entre la variable autoeficacia y el factor realización personal se identifica una relación directa, de grado moderado, estadísticamente muy significativa ($p < 0.01$); entre la autoeficacia y el factor alegría de vivir se determina una relación directa de grado moderado y estadísticamente muy significativa ($p < 0.01$).

DISCUSIÓN

El presente estudio de investigación buscó establecer la relación entre la autoeficacia y la felicidad en ingresantes universitarios.

Los adolescentes están en pleno proceso de formación, muchos de ellos no codifican el verdadero significado de la felicidad; Margot (2007), refiere que la felicidad no significa que cada persona crea su ideal de felicidad a su antojo, este ideal se diseña dependiendo de las formas y los parámetros que son establecidos por la cultura y la sociedad. Así gran parte de los ingresantes universitarios se encuentran en una etapa donde terminan de formarse en un hogar donde no se tiene un concepto de felicidad, arriesgando a encontrarse en una familia que organiza mal sus ideas y su comportamiento, confunde lo que realmente se necesita para ser feliz, fomentando la pérdida de tiempo en obscuridades que no le permiten buscar el verdadero sentido a sus vidas (Hurlock, 1994).

Se comparte la opinión de Bandura (1986) cuando expresa que la percepción social implica la exposición a los juicios verbales de los demás y aunque es una fuente débil de información sobre la autoeficacia, puede jugar un rol importante en el desarrollo de las creencias de una persona.

Es fácil enumerar las condiciones generales de la felicidad: buena salud, amor, libertad, comodidad económica, etc. Aunque estas condiciones son más o menos indispensables, se pueden presentar todas sin estimular la felicidad; es decir, al intentar definir lo que sea felicidad estas condiciones son necesarias pero no suficientes (Margot, 2007).

Se comparten los resultados encontrados por la Universidad de Piura, la Universidad de Navarra y el Intermedia Consulting (2010), los que indican que el 58% de universitarios siente que el motivo de su felicidad es la relación satisfactoria con su padre, un 74% con su madre, un 55% atribuye a la relación satisfactoria de los padres entre sí, el 53% al hecho de sentirse libres en la vida en general y un 70% al hecho de sentirse queridos por los demás.

Los resultados hallados cuestionan lo que Blanchflower & Oswald (2000) mencionan respecto al estado civil, pues lo consideran como un factor muy determinante en la felicidad, así afirman que los casados son más felices en promedio que los solteros, separados o viudos, sin embargo, los ingresantes universitarios son en su gran mayoría solteros y presentan en proporción mayor niveles altos y moderados de felicidad. Igualmente, se cuestiona lo que dice Ferrer y Morales (2009) respecto a la situación laboral, al afirmar que los desempleados son menos felices que los empleados, no obstante, la población ingresante no trabaja, en su mayoría, y presenta a gran proporción niveles altos y medios de felicidad.

Se identifica una baja proporción de adolescentes con niveles bajos de felicidad, pero no por ello debe ignorarse, ya que tal y como lo dice Hernández y Valer (2001, citado por Kohler, 2004), la felicidad es un sentimiento generalizado que facilita la percepción adecuada de las vivencias; es un factor importante que puede marcar el futuro del ingresante universitario, sea uno o más, se habla de un sentimiento imprescindible para el crecimiento personal y profesional. Un argumento a considerar es que la adolescencia y juventud es una etapa considerada

por muchos autores como difícil, cabe señalar lo que plantea Hurlock (1994), al considerar ciertas condiciones que afectan al adolescente tales como, el clima del hogar, las sensaciones de incompreensión, las discrepancias con los padres y los conflictos en búsqueda de la autonomía. Estas condiciones estarían amenazado a los futuros universitarios que no se sienten felices.

Se puede observar una relación directa estadísticamente muy significativa entre las variables de estudio. Dicha relación se determinó entre la autoeficacia y la felicidad, además entre la autoeficacia y cada factor de felicidad, entre ellos, el sentido positivo de la vida, la satisfacción de la vida, realización personal y la alegría de vivir. La discusión se presenta continuando el orden de las variables mencionadas.

Se determina una relación directa muy significativa entre la autoeficacia y la felicidad, esto implica que las participantes con autoeficacia, es decir con capacidad para actuar generando e integrando los pensamientos, sentimientos y habilidades requeridas para tal ejecución (Bandura, 1986), también presentan sentimientos de felicidad, definido como estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un estímulo anhelado (Alarcón, 2006).

Este resultado confirma lo que encontrado por Gómez et al. (2007), quienes concluyeron que un alto bienestar subjetivo, se asocia a una elevada autoeficacia y satisfacción con la mayor parte de los dominios vitales; la percepción de autoeficacia explicaron un porcentaje alto de varianza del bienestar subjetivo.

Esto refuerza la idea planteada por Grimaldo (2005) cuando afirma que la autoeficacia influye en los sentimientos, pensamientos y conductas de los individuos. En este caso la felicidad al ser un sentimiento, es influenciado por la autoeficacia; la sensación de seguridad de una persona autoeficaz con respecto a sí misma y a su rendimiento se asocia a los sentimientos de bienestar; de manera desfavorable, una baja percepción de

competencia interfiere en los procesos cognitivos, en el rendimiento y en los sentimientos sobre uno mismo y sobre el entorno (Grimaldo, 2005). Asimismo, se corrobora lo afirmado por Sheldon (2001, citado por Sansinenea et al., 2008) al señalar que existen modelos teóricos que explican la relación entre los objetivos personales y el bienestar; justamente los objetivos personales son los conseguidos por una persona autoeficaz, y la felicidad es una sensación de bienestar, un sentimiento interno de satisfacción y un componente subjetivo (Alarcón, 2006).

Esta vinculación entre autoeficacia, felicidad, objetivo personal y bienestar, ilustra perfectamente, lo que el modelo de la autoconcordancia plantea, al afirmar que los objetivos autoconcordantes representan mejor el estado y los procesos de desarrollo “verdaderos” del individuo (Sansinenea et al., 2008); esta situación es foco de atención para personas que trabajan con jóvenes, ya que es importante el establecimiento de objetivos autoconcordantes para asegurar un bienestar mayor, incentivando la actuación acorde a los intereses y valores profundos. Siendo la población, en su mayoría, adolescentes, por encontrarse entre 16 y 23 años, está propensa a la tempestad, al estrés, a los conflictos y a los cambios anímicos (Hall, 1994, citado por Echevarría & Oliva, 2005), situaciones que estarían vulnerando la adecuada elección de objetivos autoconcordantes, por ende, la autoeficacia y la felicidad también podrían vulnerarse, debido a esa vinculación que entre ellos existe (Sansinenea et al., 2008). La población de ingresantes universitarios podrían orientarse hacia objetivos dictados por otros, seguir incentivos o impulsos transitorios o bien responder a “deberías” introyectados, tal y (2008).

Los resultados se apoyan a los encontrados por Sansinenea et al. (2008), quienes hallaron que la autoeficacia y la autoconcordancia son predictores necesarios para el afecto positivo, pero con el afecto negativo y el bienestar físico solamente la autoeficacia mostró ser un predictor significativo.

Al establecer la relación entre la autoeficacia y el factor sentido positivo de la vida, se determina una relación directa muy significativa, esto implica que el participante autoeficaz también presenta actitudes y experiencias positivas hacia su propia vida y frente a la existencia de la humanidad; la autoeficacia se presenta acompañada de sentimientos positivos y muy lejanos de estados depresivos y ansiógenos profundos, tal y como lo confirma Bandura (1997, citado por Velásquez, Martínez & Cumsille, 2004), al mencionar que los estados emocionales y fisiológicos negativos, como la ansiedad, el estrés, la excitación y la fatiga alimentan ideas o creencias sobre la propia autoeficacia; de tal manera que si la creencia de autoeficacia es negativa, estaría asociada a estados emocionales negativos que se retroalimentan entre sí.

En cuanto al análisis de la relación entre la autoeficacia y el factor satisfacción con la vida, se determina una relación directa muy significativa, lo que implica que la autoeficacia se puede apreciar en personas que expresan satisfacción por lo que realizan día a día y por lo que han alcanzado, además, se presenta en personas que sienten que los ideales son factibles de ser cumplidos. Esta asociación se alimenta del planteamiento hecho por Bandura (1997, citado por Velásquez et al., 2004), quien afirma que la historia de éxito, así como, la evaluación que se realiza de las propias acciones en relación a lo alcanzado juega un rol importante en la formación de la idea o creencia de autoeficacia. Además, se valora lo señalado por DeNeve y Cooper (1998, citado por Gómez et al., 2007), al enfatizar sobre el papel que juega la evaluación cognoscitiva de la propia vida sobre la satisfacción personal. El refuerzo de lo planteado en este párrafo, se consolida al mencionar a Schunk (1995, citado por Contreras et al., 2005), quien considera que los individuos reúnen y combinan diferentes percepciones para arribar a un juicio acerca de su autoeficacia, en especial, tiene que ver la toma de conciencia de la resolución de experiencias anteriores, donde influye el esfuerzo implicado, la ayuda recibida y la cantidad de vivencias de éxito

y fracaso.

Por lo señalado, el factor cognitivo juega un papel importante en la formación de la autoeficacia y en la sensación de felicidad. En ese sentido, la teoría social-cognitivo de Bandura toma fuerza, ya que plantea que el bienestar humano está estrechamente relacionado con las creencias de autoeficacia (Bandura, 1986). Es importante para los ingresantes contar con adecuadas creencias sobre la autoeficacia, ya que está relacionada con el bienestar como factor importante en su sostenimiento a través de los diversos ciclos evolutivos (Salanova, Martínez, Bresó, Llorens & Grau, 2005). Y si se menciona de ciclo vital, la adolescencia, es una etapa donde el autoconcepto y la estabilidad emocional está en riesgo, por ello se debe prestar atención a lo que Zeldin y Pajares (2000) mencionan respecto al éxito académico, al que consideran como producto de las evaluaciones positivas de autoeficacia en determinadas situaciones, mientras que afirma que los fracasos repetidos disminuye la creencia de autoeficacia, especialmente cuando los fracasos no pueden atribuirse a un esfuerzo insuficiente o a circunstancias externas.

En lo que respecta a la asociación entre autoeficacia y realización personal, se encuentra una relación directa muy significativa, lo que significa que la autoeficacia se presenta acompañada de expresión de felicidad plena, y no de estados temporales del “estar feliz”. Esta posición puede cuestionarse con lo expresado por Alarcón (2009), al mencionar que la felicidad es un estado que es precible, es decir que tiene un fin. Por lo tanto, no necesariamente una persona autoeficaz goza de felicidad plena, sino este sentimiento podría circunscribirse como parte de un estado emocional.

El análisis también nos indica que el ingresante que siente tranquilidad emocional y placidez, también presenta una buena percepción de sí mismo, además que incrementa la consecución de objetivos, reduce el estrés y disminuye la vulnerabilidad a la depresión (Bandura, 1997, citado por Velásquez et al., 2004).

Un punto a tener en cuenta, ya que los ingresantes son el futuro del país, es el beneficio que tiene la autoeficacia asociada al factor de realización personal, ya que si ambas variables se presentan favorablemente en una persona, podrían fomentar alto rendimiento académico; en contraposición, universitarios con una inadecuada percepción de autoeficacia se asocia a la obtención de resultados poco favorables, generando malestares y ansiedad como reacción desadaptativa (Contreras et al., 2005). Sin duda alguna, el nivel bajo de autoeficacia puede generar pobre rendimiento escolar, desinterés hacia el estudio y comportamientos inadaptados, de ahí la importancia de la educación como fortaleza para el desarrollo de las competencias académicas y de las habilidades que faciliten las propias capacidades (Pajares, 2001).

Al analizar la autoeficacia con el factor alegría de vivir, se determina una relación directa altamente significativa, lo que implica que el autoeficaz refiere experiencias positivas de la vida, además de sentimientos constantes de bienestar y de maravilla en su día a día. Utilizar la autoeficacia de manera cotidiana incrementa la motivación, que influye positivamente en los pensamientos, sentimientos y acción (Pajares, 2001). La motivación es importante para comprometerse en aquellas tareas en donde los estudiantes se sientan competentes y seguros (Bandura, 1986).

Sentir que es maravillosa la vida, indica alegría por vivir, y una preponderancia del afecto positivo sobre el negativo, con un énfasis en la evaluación afectiva de la situación de vida. Por lo tanto, la felicidad va más allá de posesión de un "bien". Se refuta a aquellas personas que consideran que la felicidad es consecuencia sólo del hedonismo, y se comparte la felicidad vista como facilitadora del potencial humano para ser usado al máximo de sus posibilidades (Veenhoven, 1998, citado por Salgado, 2009). Además se comparte lo que Muñoz (2002, citado por Salgado, 2009), afirma acerca de la felicidad, al considerarla no como la negación del dolor y sufrimiento, sino como el resultado positivo de cualquier actividad que se emprende dando un

significado a todo lo que se realiza.

Las expectativas de autoeficacia puede incrementar la motivación y el rendimiento académico, por ello los esfuerzos educativos deben enfocarse hacia el aumento de los sentimientos de autovaloración y competencia de los estudiantes, fortaleciendo la autoestima y el autoconcepto, lo que a su vez favorecerá la motivación hacia el logro, las relaciones interpersonales y la resolución de conflictos (Bandura, 1986; Roa, 1990).

Es muy importante fomentar aspectos emocionales positivos en el alumno, así lo confirma Ferrer y Morales (2009), quienes revelan mediante estudio de investigación que tanto la satisfacción vital como la inteligencia emocional influyen en la autoeficacia, siendo superior el impacto de ésta.

Sin duda alguna no se debe realizar actividades donde la persona se sienta incapaz, pues les impide la adquisición de habilidades relevantes para alcanzar el dominio, mientras que las experiencias en actividades en las cuales se juzgan competentes producen un creciente nivel de competencia (Zeldin y Pajares, 2000).

Es importante fomentar no sólo una cultura donde se valora la armonía y el funcionamiento grupal, sino una de corte individualista, que valora los motivos y las emociones individuales (Salgado, 2009), así se puede lograr mayor reconocimiento de lo singular de cada estudiante, estimulando la formulación y ejecución de sus objetivos, hecho que se acompaña con una agradable sensación de felicidad.

Se concluye que los resultados de la presente investigación corroboran la correspondencia en cuanto a la relación entre la variable autoeficacia y la felicidad, así como entre autoeficacia y cada uno de los factores de felicidad. Estas variables son parte de la psicología positiva; su estudio alimenta el marco teórico que aún está en proceso de formación.

REFERENCIAS

- Acuña, J. P. (2001). La felicidad, un espejismo que trae el éxito. *Pharos*, 2, 25-28.
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala de factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 1, 95-102.
- Alarcón R. (2009). *Psicología de la felicidad: Introducción a la Psicología Positiva*. Lima: Universitaria.
- Arita, B. (2005). La capacidad y el bienestar subjetivo como dimensiones de estudio de la calidad de vida. *Revista Colombiana de Psicología*, 14, 73-79.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. New York: Prentice-Hall.
- Baessler J. & Schwarzer R. (1996). Evaluación de la autoeficacia: Adaptación Española de la Escala de Autoeficacia General. *Revista Ansiedad y Estrés*, 1(2), 1-7.
- Bong, M. (2001). Between and within domain relations of Academic Motivation Among Middle and High School Students: Self-efficacy, task-value, and achievement goals. *Journal of Educational Psychology*, 6, 23-34.
- Blanchflower, D. & Oswald, A. (2000). Well-being over time in Britain and the USA. *Economic Journal*, Julio, 1359-1386.
- Brown, S., Tramayne, S., Hoxha, D., Telander, K., Fan, X. & Lent, R. (2008). Social cognitive predictors of College Students Academic Performance and Persistence: A meta-analytic path analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 3, 298-308.
- Carrasco, M. A. & Del Barrio, M. V. (2002). Evaluación de la autoeficacia en niños y adolescentes. *Psicothema*, 2, 323-332.
- Contreras, F., Espinosa, J. C., Esguerra, G., Haikal, A., Polanía, A. & Rodríguez, A. (2005). Autoeficacia, ansiedad y rendimiento académico en adolescentes. *Diversitas*, 2, 183-194.
- Changanaquí, J. (2002). *Niveles de ansiedad y autoeficacia en estudiantes de cuarto y quinto año de educación secundaria de colegio nacional*. Tesis para optar el Título de Psicóloga, Escuela de Psicología, Universidad de san Martín de Porres, Lima.
- Domínguez, Y. (2003). *Adolescencia*. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos13/adosa/adosa.shtml#desa>
- Echevarría, G. & Oliva, N. (2005). *Relación entre el clima social familiar y la conducta social de las alumnas del nivel secundario del centro educativo nacional María Negrón de Trujillo*. Tesis para optar el título de Psicólogo, Escuela de Psicología, Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú.
- Ferrer, S. & Morales, C. (2009). Autoeficacia emprendedora en jóvenes mexicanos: ¿cómo afecta la satisfacción vital y la inteligencia emocional percibida? *Interamerican Journal of Psychology*, 2, 268-278.
- Frey, B. & Stutzer, A. (2000). Happiness, economy and institutions. *Economic Journal*, 466, 918-938.
- Gómez, V., Villegas, C., Barrera, F. & Cruz, J. E. (2007). Factores predictores de bienestar subjetivo en una muestra colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 2, 311-325.
- Grimaldo, M. P. (2005). Propiedades Psicométricas de la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer. *Cultura*, 19, 213-230.
- Haquin, C., Larraguibel, M. & Cabezas, J. (2004). Factores protectores y de riesgo en salud mental en niños y adolescentes de la ciudad de Calama. *Revista Chilena de Pediatría*, 75 (5), 425-433.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. (4ª ed.). México D. F.: Mc Graw-Hill.
- Hurlock, E. (1994). *Psicología del adolescente*. (3ª ed.). México D.F.: Paidós.
- Jiménez, S., González, A., Balcázar, P. & Gurrola, G. (2010). Adaptación de la escala de autoeficacia académica en una muestra de adolescentes estudiantes mexicanos. *Interpsiquis*, 1-9.
- Kohler, J. (2004). Felicidad y modificabilidad cognitiva. *Liberabit*, 10, 68-81.

- Magaña, L., Zavala, M., Ibarra, I., Gómez, T. & Gómez, M. (2004). El sentido de vida en estudiantes de primer semestre de la Universidad de la Salle Bajío. *Centro de Investigación, 22*, 5-13.
- Margot, J. (2007). La felicidad. *Praxis Filosófica, 25*, 55-79.
- Pajares, F. (2001). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research, 4*, 543-578
- Pajares, F. (2002). *Self-efficacy beliefs in academia context: an outline*. Recuperado de http://www.emory.edu/EDUCATION/mfp/ef_talk.html
- Papalia, D. (2005). *Desarrollo humano*. (9ª ed.). México D.F.: Mc Graw - Hill Latinoamericana.
- Peiró, A. (2004). Condiciones socioeconómicas y felicidad en españoles. *Tribuna de Economía, 816*, 179-194.
- Roa, M. (1990). *La valoración del sí mismo*. Santiago de Chile: Patris.
- Rodríguez, F. (2005). Felicidad subjetiva y dimensiones del autoconcepto físico. *Psicodidáctica, 1*, 131-138.
- Salanova, M., Martínez, I., Bresó, E., Llorens, S. & Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales de Psicología, 1*, 170-180.
- Salgado, A. C. (2009). Felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes de colegios nacionales de la Ciudad de Lima. *Liberabit, 2*, 133-141.
- Salvador, C.M. & Morales, C. (2009). Autoeficacia emprendedora en jóvenes mexicanos: ¿cómo afecta la satisfacción vital y la inteligencia emocional percibida? *Interamerican Journal of Psychology, 2*, 268-278.
- Sansinenea, E., Gil, L., Agirrezabal, A., Larrañaga, M., Ortiz, G., Valencia, J. F. & Fuster, M. J. (2008). Autoconcordancia y autoeficacia en los objetivos personales: ¿cuál es su aportación al bienestar? *Anales de Psicología, 1*, 121-128.
- Saravia, M. (2004). Psicología de la infelicidad. *Liberabit, 16-21*.
- Universidad de Piura, Universidad de Navarra e Intermedia Consulting (2010). *Estilos de vidas de los adolescentes peruanos escolarizados*. Piura. Recuperado de <http://www.slideshare.net/Udep/estilos-de-vida-peruanos-udep>
- Velásquez, E., Martínez, L. & Cumsille, P. (2004). Expectativas de autoeficacia y actitud prosocial asociadas a la participación ciudadana en jóvenes. *Psyche, 2*, 85-98.
- Zeldin, A. & Pajares, F. (2000). Against the odds: Self-efficacy beliefs of women in mathematical, scientific, and technological careers. *American Educational Research Journal, 37(1)*, 215-246.

Recibido: 05 de marzo del 2013

Aceptado: 13 de marzo del 2013

