

AUTOCONCEPTO FÍSICO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO SUBJETIVO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LAS UNIVERSIDADES DE TRUJILLO

Lidia Mercedes Silva Ramos
Universidad César Vallejo

RESUMEN

La presente investigación de tipo sustantiva analizó la relación entre el autoconcepto físico y el bienestar psicológico subjetivo en estudiantes universitarios de Psicología de Trujillo, región La Libertad. La población estuvo integrada por 2114 estudiantes. La muestra, determinada por muestreo probabilístico simple, la integraron 314 estudiantes de ambos géneros, cuyas edades oscilan entre 17 a 26 años, del II al XI ciclo de estudios de Psicología de las universidades de Trujillo; se utilizó el Cuestionario de Autoconcepto Físico de Goñi, Ruiz y Rodríguez (2006), el cual mide seis dimensiones: habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, autoconcepto físico general y autoconcepto general y la Escala de Bienestar Psicológico de Sánchez-Cánovas (2007). Los resultados encontrados indican que existe correlación directa, muy significativa ($p < .01$) y de grado medio entre las dimensiones: condición física, fuerza, habilidad deportiva, atractivo físico, autoconcepto físico general y autoconcepto general, del Autoconcepto físico con el Bienestar psicológico subjetivo; y los estudiantes integrantes de la muestra se ubican en mayor porcentaje en el nivel medio, tanto en el autoconcepto físico y sus dimensiones como en el bienestar psicológico subjetivo.

Palabras clave: Autoconcepto físico, bienestar psicológico, estudiantes de psicología.

PHYSICAL SELF-CONCEPT AND SUBJECTIVE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN UNIVERSITY STUDENTS OF PSYCHOLOGY FROM TRUJILLO

ABSTRACT

This substantial study analyzed the relation between the physical self-concept and the subjective psychological wellness in university students of Psychology from Trujillo, La Libertad region. The population consisted of 2114 students. The sample was determined by simple and probabilistic sampling and it had 314 students of both genders, with ages between 17 and 26 years old, also they were coursing from second to eleventh cycle; it was used the Physical Self-concept Questionnaire by Goñi, Ruiz and Rodríguez (2006), which has six dimensions: Physical Ability, Physical Condition, Physical Attractiveness, Force, General Physical Self-concept and General Self-concept and the Psychological Wellness Scale by Sánchez-Cánovas (2007). The results showed that there was a direct and highly significant correlation ($p < .01$) and an average correlation between the dimensions of Physical Condition, Strength, Sports Ability, Physical Attractiveness, General Physical Self-concept and General Self-concept with the Subjective Psychological Well-being; and the higher percentage of the students that were members of the sample were in an average level, not only in Physical Self-concept and its dimensions, but also in Subjective Psychological Well-being.

Keywords: Physical self-concept, psychological well-being, psychology students.

AUTOCONCEITO FÍSICA E BEM-ESTAR PSICOLÓGICO SUBJETIVO EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DE PSICOLOGIA DO TRUJILLO

RESUMO

A presente pesquisa de tipo substantiva analisou a relação entre autoconceito físico e o bem-estar psicológico subjetivo em estudantes de Psicologia das universidades do Trujillo, região de La Libertad. A população foi composta por 2114 alunos. A mostra determinada por amostragem probabilística simples, o integraram 314 estudantes de ambos os sexos, com idade entre 17-26 anos, do II al XI ciclo de estudos de psicologia das universidades de Trujillo; se utilizou o Questionário de Autoconceito Físico de Goñi, Ruiz e Rodriguez (2006), que mede seis dimensões: Habilidade física, condição física, atrativo físico, força, autoconceito físico geral e autoconceito geral e lá Escala de bem-estar psicológico de Sánchez-Cánovas (2007). Os resultados encontrados indicam que existe correlação direta, muito significativa ($p < .01$) e de grau médio entre as dimensões: Condição física, Força, Habilidade desportivas, Atrativo físico, Autoconceito Físico Geral e Autoconceito Geral do Autoconceito físico com o Bem-estar psicológico subjetivo; e os estudantes integrantes da mostra se encontram em maior porcentagem no nível médio, tanto no autoconceito físico e suas dimensões como no bem-estar psicológico subjetivo.

Palavras-chave: autoconceito físico, bem-estar psicológico, estudantes de psicologia.

INTRODUCCIÓN

Los valores, las fortalezas, las virtudes son inherentes a la persona y se manifiestan en alegría, bienestar, optimismo, resiliencia, gratitud, creatividad, amor, la felicidad, etc.; que constituyen variables positivas motivadoras para el estudio del individuo saludable. Más aún cuando las diferentes dimensiones de la personalidad alcanzan su plenitud, es por ello que estudiar el autoconceito físico y el bienestar psicológico en estudiantes de psicología se justifica en el aporte que otorga al conocimiento, el análisis de la relación que generan las variables de estudio, consideradas dimensiones fundamentales en el buen funcionamiento del ser humano; así mismo los resultados son génesis para propuestas que beneficien a poblaciones similares, dando apertura a programas de prevención, mejora personal y de ser necesario intervención psicológica. El sentirse bien consigo mismo y el logro del equilibrio socioafectivo es y ha sido una variable que ha interesado siempre a la psicología (Silva, 2015), esta autopercepción por su carácter evolutivo y evaluativo, se configura y se refuerza por las valoraciones de las personas con las cuales socializamos, los primeros juicios de valor están referidos a la apariencia física y a las habilidades que se desarrollan con el cuerpo; de ahí que la autopercepción física es fundamental en la configuración del autoconcep-

to y si este es positivo es la base del buen funcionamiento personal, social y profesional; de él depende, en buena medida, la satisfacción personal y el sentirse bien consigo mismo (Goñi, Esnaola, Ruiz, Rodríguez, y Zulaika, 2003).

Según Harter (1990), el autoconceito se refiere a las percepciones que tiene el individuo sobre sí mismo; de forma similar, Kalish (1983) lo considera como la imagen que cada sujeto tiene de su persona, reflejando sus experiencias y los modos en que estas experiencias se interpretan (Goñi et al., 2003). Este constructo, una vez que se asume el modelo teórico multidimensional propuesto por Shavelson, Hubner y Stanton (como se citó en Gonzales, 2009), el estudio del autoconceito es percibido como una concepción jerárquica y multidimensional; donde el autoconceito global se ubica en el nivel superior de la jerarquía, dando lugar al autoconceito académico y no académico; el primero se subdivide en conceptos más específicos según las diferentes materias: inglés, matemáticas, ciencias, música, arte, etc., y el autoconceito no académico se subdivide en tres áreas: social, emocional y físico.

“El modelo multidimensional tiene premisas teóricas que la respaldan: a) está estructurado y organizado, b) es multifacético, c) varía en estabilidad de acuerdo al nivel jerárquico, d) el autoconceito tiene carácter evolutivo, e) tiene un aspecto descriptivo y un evaluativo y f) es dife-

renciable de otros constructos” (Goñi, 2009, p. 23). Es importante destacar, que la propuesta multidimensional, considera a las percepciones parciales del propio yo, y que estas son más modificables cuanto menos generales y más particulares sean.

Fox y Corbin (1989) fueron los primeros en estudiar la autopercepción del dominio físico y elaboraron el modelo multidimensional y jerárquico; según esta propuesta hay tres niveles. En el nivel superior, está el autoconcepto general; en el nivel inferior, los subdominios de la competencia en el deporte, el atractivo del cuerpo, la fuerza física y la condición física; y en el nivel intermedio, el dominio de la autovaloración física que actúa como un mediador de la relación entre cada uno de los subdominios y el autoconcepto global. Goñi, Ruiz y Rodríguez (2006) asumen la propuesta cuatridimensional del autoconcepto y agregan a las dimensiones específicas del autoconcepto físico (habilidad, condición física, atractivo y fuerza), una escala de medida del autoconcepto general por considerarla que puede proporcionar información adicional importante, y una medida independiente del autoconcepto físico general. Quedando constituido el ACF por seis dimensiones:

a) Habilidad física: Es la percepción de las cualidades y habilidades para la práctica de los deportes, capacidad de cada persona para aprender deportes nuevos; la seguridad personal ante la expectativa del aprendizaje de un deporte nuevo y la predisposición ante la actividad física.

b) Condición física: Es la percepción de la condición como la forma física en la que se encuentra la persona; incluyendo la resistencia para realizar ejercicio físico intenso, la energía física y la confianza en el estado físico que posee.

c) Atractivo físico: Es la percepción de la apariencia física propia; la seguridad con respecto a dicha apariencia, así como la satisfacción del sujeto con la imagen que quiere reflejar.

d) Fuerza: Es la percepción verse y sentirse fuerte, con capacidad para levantar

peso, con seguridad ante ejercicios que exigen fuerza y predisposición a realizar dichos ejercicios.

e) Autoconcepto físico general: Es la opinión y las sensaciones positivas de felicidad, satisfacción, orgullo y confianza en lo físico, es el perfil que dibujan los cambios en el autoconcepto físico general.

f) Autoconcepto general: Es el grado de satisfacción con uno mismo y con la vida en general.

El autoconcepto físico ha sido definido desde diferentes perspectivas, así para García y Musitu (como se citó en Martínez, 2003) es la percepción que tiene la persona de su aspecto y condición física, que incluye dos aspectos complementarios: uno referido a la práctica deportiva en la vertiente social, física y de habilidad y el otro relativo al aspecto físico. Para Atienza, Balaguer, Moreno y Fox (2004), el autoconcepto físico está configurado por las ideas, creencias, percepciones que se tienen en el ámbito físico sobre la propia habilidad, fuerza, el atractivo, la condición física, la competencia deportiva. Dos interpretaciones que resultan necesarias para el análisis del presente estudio.

Bienestar psicológico

Desde que Seligman propone a la psicología centrar sus estudios en las personas felices, saludables, sanas; emerge la psicología positiva, la que centra su interés en las variables de desarrollo personal, las experiencias positivas, el bienestar subjetivo o nivel de felicidad y el funcionamiento óptimo de las personas, las comunidades y la sociedad (Duckworth, Steen y Seligman, 2005). Esta propuesta tiene sus antecedentes en los filósofos de la antigüedad; cuando se referían a la “buena vida”, la “vida virtuosa”, y “el cuidado del alma”, legados de Platón para describir el bienestar, o Aristóteles que considera como objetivos del transcurrir humano al “Sumo Bien” y la “Felicidad Suma”, considerando que la felicidad se encuentra en la expresión de la virtud, y al bienestar no como un estado de satisfacción pasajera, sino el conjunto de una vida lograda

(Romero, Brustad y García, 2007). De ahí que Extremera y Ruiz (2012) consideran que la felicidad es el desarrollo armónico de una serie de capacidades y fortalezas del ser humano. Por su parte, los discípulos de Confucio describen a una buena calidad de vida en términos de una sociedad ordenada en donde cada ciudadano tiene roles y responsabilidades claramente delimitados y en los que se les puedan ejercer correctamente (Diener, como se citó en Coronel, 2015). Si bien es cierto que el estudio del bienestar ha estado relacionado con variables externas, como la apariencia física, el nivel socioeconómico, estabilidad laboral, metas alcanzadas, familias estables, independencia, etc., sin desligarlo de estos y otros factores, es conveniente tener en cuenta su connotación subjetiva y psicológica; dado que es el individuo quien valora su satisfacción con la vida. Según Sánchez (como se citó en Torres, 2003), el bienestar psicológico es el sentido de la felicidad o bienestar, que a su vez es considerada una percepción subjetiva; es decir, el grado en que una persona evalúa su vida incluyendo como componentes la satisfacción con la vida, la ausencia de depresión y la experiencia de emociones positivas.

Para teorizar el bienestar, se toma en cuenta la perspectiva de Ryan y Deci (como se citó en Romero, Brustad y García, 2007) quienes plantean dos grandes tradiciones relacionadas con el tema: una con la felicidad (bienestar hedónico); y la otra ligada al desarrollo del potencial humano (bienestar eudaimónico). Y desde la perspectiva eudemónica, el bienestar se logra llevando una vida virtuosa, lo cual no implica que la virtud conduce a sentimientos de alegría; considerando la virtud como el estándar normativo con relación al cual se puede juzgar la vida de las personas (Aristóteles, como se citó en Diener, 1994).

Según Diener (1994), el bienestar subjetivo tiene tres marcas distintivas: en primer lugar, es subjetivo y menciona a Campbell (1976), el cual considera que el bienestar reside en la experiencia del individuo. Sin obviar a condiciones objetivas necesarias como la salud, el confort, la virtud o la riqueza. No obstante, tales condiciones son vistas como influencias potenciales sobre el bienestar

subjetivo y no como parte inherente y necesaria de éste. En segundo lugar, el bienestar subjetivo incluye medidas positivas. Desde su percepción, no se trata solamente de la ausencia de factores negativos. En tercer lugar, considera que las medidas de bienestar subjetivo incluyen corrientemente evaluación global de todos los aspectos de la vida de una persona.

Los últimos años de la adolescencia y temprana juventud constituyen periodos de consolidación del desarrollo de potencialidades, el logro de una adecuada autopercepción es fundamental para sentirse bien y ser persona saludable. En la actualidad, existen factores socioculturales “ideales” para lograr el bienestar; quizá el más resaltante es el cuidado del cuerpo; que manteniendo equilibrio entre alimentación, ejercicio, y cuidado de la salud es necesario y favorable para lograr bienestar y autopercepción saludable; especialmente para el estudiante universitario de psicología, de tal manera que resulta conveniente conocer la relación de la autopercepción física y el bienestar psicológico.

Estudios anteriores realizados

Rodríguez (2008) estudió el autoconcepto físico y bienestar/malestar psicológico en la adolescencia, tuvo como primer objetivo relacionar el autoconcepto físico con el bienestar psicológico; trabajó con 1959 estudiantes de las comunidades autónomas del País Vasco, La Rioja y la provincia de Burgos, participaron voluntariamente estudiantes de secundaria y universitarios hasta del quinto curso y 48 integrantes, con diagnóstico de anorexia o bulimia nerviosas, cuyo rango de edad fue entre 12 y los 23 años. Para el recojo de la muestra, utilizó entre otros el Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) de Goñi et al. (2006) y la Escala de Bienestar Psicológico de (Sánchez-Cánovas, 2007). Concluye que el autoconcepto físico guarda una relación positiva con el bienestar psicológico.

Ordoñez, P. (2015) realizó una investigación titulada autoconcepto físico y bienestar psicológico en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Estudio de tipo descriptivo-compara-

tivo de corte transversal, no experimental. Trabajó con una muestra de 80 estudiantes de primer al cuarto año de la Facultad de Psicología, de ambos géneros, matriculados en el semestre académico 2012-II. Para el recojo de la muestra, utilizó el Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) de Goñi et al. (2006) y la Escala de Bienestar Psicológico de (Sánchez-Cánovas, 2007). Encontró una correlación positiva media y significativa entre el autoconcepto físico y el bienestar psicológico subjetivo. Esto significa que “la satisfacción con la vida y el componente afectivo del bienestar subjetivo tienden a correlacionar porque ambos están influidos por la valoración que realiza el sujeto acerca de los sucesos, actividades y circunstancias en los que desarrolla su vida” (Cornel, 2015, p. 4).

Problema

¿Existe relación entre el autoconcepto físico y bienestar psicológico subjetivo en estudiantes de Psicología de las universidades de Trujillo?

Hipótesis

Existe relación altamente significativa entre el autoconcepto físico y bienestar psicológico subjetivo en estudiantes de Psicología de las universidades de Trujillo.

Objetivos

Objetivo general

Analizar la relación entre el autoconcepto físico y bienestar psicológico subjetivo en estudiantes de Psicología de las universidades de Trujillo.

Objetivos específicos

- Identificar los niveles de las dimensiones del autoconcepto físico y bienestar psicológico subjetivo en estudiantes de Psicología de las universidades de Trujillo.
- Relacionar los niveles de las dimensiones del autoconcepto físico con los niveles del bienestar psicológico subjetivo en estudiantes de Psicología de las universidades de Trujillo.

METODOLOGÍA

En la presente investigación, se utilizó el enfoque cuantitativo, el cual, para Hernández, Fernán-

dez y Baptista (2014) “representa un conjunto de procesos, secuenciales, probatorio y sigue un orden riguroso, en el que cada fase antecede a la siguiente, recolecta sus datos en base a la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar sus teorías” (p.4).

El diseño utilizado, según Hernández et al. (2014), es “no experimental transversal descriptivo-comparativo, se recopiló los datos en un solo momento, con el propósito de describir y analizar la incidencia e interrelación de dos variables en una población” (p.155).

Participantes

La población estuvo constituida por 2 114 estudiantes universitarios de ambos géneros de las escuelas académicas profesionales de psicología, cuyas edades oscilan entre 17 y 26 años, del II al XI ciclo de estudios, de las universidades de Trujillo, región La Libertad. El tamaño de la muestra se determinó mediante muestreo aleatorio simple, asumiendo el nivel de confianza de 95% y un margen de error de 5.1%, ($E=0,051$), y una varianza máxima de $P*Q=0.25$, ($p=05$; $q=0,5$), para asegurar un tamaño de muestra lo suficientemente grande; quedando un total de 314 estudiantes, que de forma voluntaria contestaron los instrumentos, después de conocer los objetivos de la investigación.

Instrumentos

Para efectuar los objetivos del presente estudio, se utilizó dos instrumentos:

- a) El Cuestionario de Autoconcepto Físico de Goñi et al. (2006) y
- b) La Escala de Bienestar Psicológico de José Sánchez-Cánovas (2007)

Descripción de los instrumentos

- a) El Cuestionario de Autoconcepto Físico**, elaborado en Madrid por Goñi et al. (2006), explora el autoconcepto físico en seis dimensiones: habilidad deportiva, condición física, atractivo físico, fuerza, autoconcepto físico general y autoconcepto general; cada dimensión

consta de seis ítems propios, tipo Likert de cinco grados, haciendo un total de 36 ítems. Su administración es colectiva, en 15 minutos aproximadamente, su ámbito de aplicación doce años en adelante. La calificación es mecanizada con la ayuda de plantilla transparentes, los puntajes 1 al 5 para los ítems redactados en forma directa y de 5 a 1 para los ítems inversos. La puntuación directa de cada dimensión se convierte a percentiles, según género, en las normas de cada una de las seis escalas, para la interpretación se tiene en cuenta las especificaciones y descripciones de cada dimensión. La validez y confiabilidad fue confirmada por la autora de la investigación; la validez de constructo, mediante el método ítem-test; hallando niveles de discriminación buenos y muy buenos (0,333 a 0,753) y la confiabilidad de consistencia interna mediante alfa de Cronbach, cuyos valores encontrados oscilan entre 0,690 a 0,840; los cuales corresponden de nivel aceptable a muy bueno en sus seis dimensiones.

b) Escala de Bienestar Psicológico

No obstante, la prueba en su versión original consta de cuatro subescalas, en el estudio se utilizó solamente la subescala de Bienestar Psicológico Subjetivo, elaborada por José Sánchez-Cánovas, en el año 2007, en la Universidad de Valencia. Esta se administra individual y colectivamente. El rango de aplicación es de 17 a 90 años, con una duración de 10 minutos aproximadamente, dependiendo del nivel educativo del evaluado. Consta de 30 ítems, tipo Likert. Explora la felicidad o bienestar de la etapa concreta vital que está atravesando el sujeto. El material consta de manual, cuadernillo y hoja de respuestas. Las instrucciones para la administración están impresas en el cuadernillo de ítems. En la calificación, a cada ítem se le valora en una escala de 1 a 5 puntos, de acuerdo al grado de fre-

cuencia o conformidad que indican la cabecera de las sucesivas líneas de la hoja de respuesta. Para el puntaje total, basta con sumar directamente los valores que correspondan a las respuestas del sujeto. La puntuación máxima es de 150. La escala mide sentido de felicidad o bienestar; es decir, a mayor puntuación, mayor es la percepción subjetiva de bienestar. La validez y confiabilidad para la población de estudio fue confirmada por la autora de la investigación, así la validez fue determinada a través del coeficiente de correlación ítem-test, en estudiantes de Psicología de universidades de Trujillo, encontrando que todos los ítems presentan índice de correlación en un rango que va desde 0,363 a 0,718; considerados como buenos y muy buenos. La confiabilidad fue determinada mediante el estadístico alfa de Cronbach, encontrando un valor de 0,939, que califica a la coherencia de la escala como elevada (De Vellis, 1991). Esto indica que la escala discrimina adecuadamente y clasifica bien a los sujetos (Morales, 2007).

Procedimiento de recolección y análisis de los datos

El recojo de la muestra se realizó con autorización del vicerrectorado académico de las universidades contexto de estudio, ambos instrumentos fueron aplicados grupalmente, en el lugar y hora habitual de clase, con un tiempo aproximada de 30 minutos. Con participación voluntaria de los estudiantes, después de conocer los objetivos y fines del estudio, se seleccionó los protocolos debidamente contestados y con datos completos, luego se codificó y se procedió a elaborar la base de datos. El análisis de los datos se realizó mediante el paquete estadístico SPSS (versión 20.0) para ciencias sociales. Se utilizaron a) estadísticos descriptivos: media, desviación estándar, puntuación máxima y mínima, y medidas de posicionamiento (percentiles) y b) estadísticos inferenciales: la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov, la prueba paramétrica de corre-



lación de Pearson, la prueba no paramétrica de correlación de Spearman, y el coeficiente alfa de Cronbach para determinar la consistencia interna de los instrumentos.

RESULTADOS

Para establecer la correlación entre el autoconcepto físico y el bienestar psicológico subjetivo,

inicialmente se identificó la distribución de los estudiantes de la muestra en los diferentes niveles de las dimensiones del autoconcepto físico y el bienestar subjetivo; cuyos resultados se muestran en las tablas 1 y 2; y luego se estableció la correlación entre las variables de estudio, cuyos resultados se muestran en la tabla 3.

3.1 Resultados de la distribución según nivel de Autoconcepto Físico y nivel de Bienestar Subjetivo en estudiantes de Psicología de universidades de Trujillo.

Tabla 1

Distribución de frecuencias según nivel en dimensiones del autoconcepto físico en estudiantes de Psicología de universidades de Trujillo

Nivel de Autoconcepto Físico	n	%
Habilidad Deportiva		
Bajo	70	22.3
Medio	144	45.9
Alto	100	31.8
Total	314	100.0
Condición Física		
Bajo	73	23.2
Medio	140	44.6
Alto	101	32.2
Total	314	100
Atractivo Físico		
Bajo	68	21.7
Medio	152	48.4
Alto	94	29.9
Total	314	100
Fuerza		
Bajo	80	25.5
Medio	128	40.8
Alto	106	33.8
Total	314	100
Autoconcepto Físico General		
Bajo	74	23.6
Medio	143	45.5
Alto	97	30.9
Total	314	100
Autoconcepto General		
Bajo	84	26.8
Medio	134	42.7
Alto	96	30.6
Total	314	100

En la tabla 1, se muestra los resultados de la distribución del autoconcepto físico, en una muestra de 314 estudiantes de las escuelas de Psicología de universidades de Trujillo, donde se identifica que en las seis dimensiones hay predominancia del nivel medio con porcentajes de estudiantes

que presentan este nivel que oscilan entre 40.8% y 48.4%, luego el nivel alto donde se ubican entre el 29.9% y 32.2% de los estudiantes y finalmente con nivel bajo el porcentaje de estudiantes varía entre 21.7% y 26.8%.

Tabla 2

Distribución de frecuencias según nivel de bienestar subjetivo en estudiantes de Psicología de universidades de Trujillo

Nivel de Bienestar Subjetivo	n	%
Bajo	70	22.3
Medio	153	48.7
Alto	91	29.0
Total	314	100

Los resultados mostrados en la tabla 2 evidencian que el nivel predominante de bienestar subjetivo, en los 314 estudiantes integrantes de la muestra, es el nivel medio con el 48.7 de los estudiantes.

Asimismo, se aprecia que el 29.0% presenta un nivel alto y en el 22.3% de los referidos estudiantes se identifica un nivel bajo de bienestar subjetivo.

3.2. Resultados de la evaluación de la relación entre autoconcepto físico y el bienestar subjetivo en estudiantes de Psicología de Trujillo

Tabla 3

Correlación entre el autoconcepto físico y el bienestar subjetivo en estudiantes de Psicología de universidades de Trujillo

Autoconcepto Físico	Bienestar subjetivo (r)		Sig.(p)
Habilidad Deportiva	.375	.000	**
Condición Física	.427	.000	**
Atractivo Físico	.589	.000	**
Fuerza	.377	.000	**
Autoconcepto Físico General	.622	.000	**
Autoconcepto General	.568	.000	**

Nota:

r : Coeficiente de correlación

Sig.(p): Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

**p<.01: Muy significativa

En la tabla 3, se aprecia los resultados de la evaluación de la asociación entre el autoconcepto físico y el bienestar subjetivo en una muestra de 314 estudiantes de Psicología de universidades de Trujillo, evidenciando que la prueba paramétrica de correlación de Pearson establece que las dimensiones condición física y fuerza, correlacionan directamente, muy significativamente

($p < .01$) y en grado medio con el bienestar subjetivo. Igualmente, la prueba no paramétrica de correlación de Spearman indica que las dimensiones del autoconcepto: habilidad deportiva, atractivo físico, autoconcepto físico general y autoconcepto general correlacionan directamente, muy significativamente ($p < .01$) y en grado medio con el bienestar subjetivo.

DISCUSIÓN

Estudiar al individuo en la plenitud de su desarrollo, poniendo énfasis en los valores, las fortalezas y las virtudes que son inherentes al ser humano, suscita centrar la mirada en los aspectos saludables que dieron origen al estudio autoconcepto físico y bienestar psicológico subjetivo; cuyos resultados analizamos a continuación:

Las pruebas paramétricas y no paramétricas evidenciaron relación muy significativa (** $p < .01$) positiva y de grado medio entre el autoconcepto físico y el bienestar psicológico subjetivo en estudiantes de Psicología de las universidades de Trujillo. De lo cual se deduce que la percepción que tienen los estudiantes de su aspecto y condición física, es relevante al evaluar su vida y cuán satisfechos están con ella, así como las experiencias de emociones positivas, expresado en el sentido de felicidad y bienestar; este hallazgo coincide con Rodríguez (2008) quien estudió el autoconcepto físico y bienestar/malestar psicológico en la adolescencia, en cuya muestra de 1959 estudiantes, incluyó estudiantes universitarios hasta quinto curso; de las comunidades autónomas del País Vasco, La Rioja y la provincia de Burgos. Concluye que el autoconcepto físico guarda una relación positiva con el bienestar psicológico, resultados que le permitieron considerar que mientras más elevado sea el yo-físico percibido, mayor bienestar experimenta la persona, así como menores niveles de ansiedad y depresión o menor riesgo de padecer un trastorno de la conducta alimentaria. También hay concordancia con Ordoñez (2015), quien correlacionó los dos constructos estudiados en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Su conclusión informó correlación positiva media y significativa entre el autoconcepto físico y el bienestar psicológico subjetivo. Esto significa que “la satisfacción con la vida y el componente afectivo del bienestar subjetivo tienden a correlacionar porque ambos están influidos por la valoración que realiza el sujeto acerca de los sucesos, actividades y circunstancias en los que desarrolla su vida” (Coronel, 2015, p. 4). Nuevamente estos alcances corroboran que las ideas,

creencias, percepciones que los estudiantes tienen con respecto a su propia habilidad, fuerza, atractivo físico, condición física y competencia deportiva están vinculados al sentido de la felicidad o bienestar. Lo antes mencionado corrobora la hipótesis de estudio. Del mismo modo, se encuentran evidencias de correlación directa, muy significativa ($p < .01$) y en grado medio entre las dimensiones condición física y fuerza, habilidad deportiva, atractivo físico, autoconcepto físico general y autoconcepto general del autoconcepto físico con el bienestar psicológico subjetivo; resultado que permite teorizar que la percepción de las cualidades, habilidades, capacidades, expectativas y predisposición para la práctica del deporte; así como el estar consciente, confiar en la resistencia y energía física, el verse y sentirse fuerte, aunado a la seguridad y respeto por la apariencia física; la satisfacción con la imagen que quieren reflejar los estudiantes de psicología son componentes esenciales en el desarrollo del potencial humano. Es por ello que Diener (1994) afirma que la satisfacción con la vida, la ausencia de depresión y experiencias de emociones positivas incluyen en la evaluación global de todos los aspectos de la vida de una persona.

En los resultados descriptivos, se observa que los integrantes de la muestra se ubican en mayor porcentaje en los niveles medios y altos de las seis dimensiones del autoconcepto físico, ello revela que la opinión, las sensaciones positivas de felicidad, satisfacción, orgullo y confianza en lo físico, el grado de satisfacción con sí mismo y con la vida en general, reside en la experiencia en la mayoría estudiantes de psicología. Es conveniente mencionar que un porcentaje menor pero significativo no tiene buena valoración de aspecto físico en sus diferentes expresiones y es posible que esto interfiera en una valoración real de las circunstancias de la vida. En lo que concierne al bienestar psicológico subjetivo, variable en la cual los evaluados se ubican en mayor porcentaje en los niveles medio y alto, que aunados reportan un 77.1% indicando que los futuros psicólogos evaluados experimentan valoración positiva de las circunstancias en las que desenvuelven su vida, poseen capacidad para disfrutar y tener visión favorable de su existencia, expresado en buen estado de ánimo, alegría, esperanza y disfrute de la vida en general. Sin embargo, un gru-

po considerable de estudiantes (22.3 %) se ubican en el nivel bajo, conformado por aquellos que tienen dificultad para evaluar las circunstancias de la vida como favorables, perciben los sucesos vitales como desfavorables y su visión de la vida es negativa y sin esperanza, lo cual les entorpece el disfrute pleno. Lo que permite inferir que estos estudiantes todavía no han alcanzado la plenitud de su desarrollo y sus capacidades para el disfrute; teniendo en cuenta que la valoración de la vida y sus circunstancias tiene valor absoluto.

REFERENCES

- Atienza, F. L., Balaguer, I., Moreno, Y. y Fox, R. (2004). El perfil de autopercepción física: propiedades psicométricas de la versión española y análisis de la estructura jerárquica de las autopercepciones físicas. *Psicothema*, 16(3), 461-467. Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3019>
- Coronel, C. (2015). *Bienestar psicológico. Consideraciones teóricas*. Centro de estudios Joan Bardina. Uruguay. Recuperado de <http://es.slideshare.net/AnselmiJuan/bienestar-psicologico-fundamentos-teoricos>.
- De Vellis, R. (1991). *Scale Development: Theory and Applications*. California: SAGE.
- Diener, E. (1994). El bienestar subjetivo. *Intervención Psicosocial*, 3, 67-113. Recuperado de <http://www.psychosocialintervention.org/&numero=51994381&articulo=50051>
- Duckworth, A., Steen, T. y Seligman, M. (2005). Positive psychology in clinical practice. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 629-651.
- Extremera, D. y Ruiz, D. (2012). *Inteligencia emocional y bienestar personal en estudiantes universitarios de ciencias de la salud*. (Tesis doctoral). Universidad de Málaga. México: McGraw-Hill.
- Kalish, R. (1983). *La vejez: Perspectivas sobre el Desarrollo Humano*. Madrid: Pirámide.
- Lupano, M. y Castro, A. (2010). La Psicología Positiva: Análisis desde su surgimiento. *Prensa Médica Latinoamericana*. Recuperado de <http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v4n1/v4n1a05.pdf>
- Martínez, V. (2003). Autoconcepto docente: Análisis de una muestra de profesores y orientadores mexicanos. *Revista de Educación y Futuro*. Recuperado de <http://www.cesdconbosco.com/revista/profesores/junio 03/Autoconcepto.pdf>
- Morales, P. (2007). *La fiabilidad de los test. Estadística aplicada a las ciencias sociales*. Madrid. Universidad Pontificia Comillas.
- Ordoñez, P. (2015). Autoconcepto Físico y Bienestar Psicológico en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Perú. *Angora Revista Científica*. 2(02), pp.188-195. Recuperado de <http://www.revistaagora.com/index.php/cieUMA/article/download/38/38>
- Rodríguez, A. (2008). *Autoconcepto físico y bienestar/Malestar psicológico en la adolescencia*. País Vasco. Psicodidáctica, 13(2), pp. 155-158.
- Romero, A., Brustad, R. y Garcia, 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>
- Sánchez-Cánovas, J. (2007). *EBP. Escala de bienestar psicológico subjetivo*. Madrid: TEA Ediciones, S.A.
- Silva, L. (2015). *Propiedades psicométricas Del cuestionario de autoconcepto físico, auto-percepción física en universitarios de Trujillo metropolitano*. (Tesis doctoral), Universidad César Vallejo. Programa de Doctorado en psicología. Trujillo. Recuperado de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/UCV/189/1/silva_rl.pdf



Torres, W. (2003). *Utilización de Internet y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de alto y bajo nivel de acceso a la tecnología de información por computadora.* (Tesis doctoral), Universidad Nacional de San Marcos, Programa Cybertesis PERÚ. Recuperado de http://www.cybertesis.edu.pe/sisbib/2003/torres_aw/html/index-frames.html





