



Año 18, Vol. 13, número 24 enero– junio 2023

Recibido: Febrero 2023

Aceptado: Junio 2023

REVISTA  
**DOXA**  
DIGITAL

DOI: 10.52191/rdojs.2023.303

Págs. 2-11

---

Sección: Humanidades

## ***Bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales en Cd. Juárez***

***Psychological well-being in university students of Political and Social Sciences in Juarez.***

---

Adriana Guadalupe Varela Prieto \*, José Luis Verdugo Hernández \*\* y Víctor Hugo Reyes Díaz \*\*\*

### **RESUMEN**

El bienestar psicológico es un aspecto fundamental en la vida de los estudiantes universitarios, ya que influye directamente en su rendimiento académico, su desarrollo personal y su calidad de vida en general. En México, como en muchos otros países, la atención a la salud mental ha cobrado relevancia en las últimas décadas debido al aumento de trastornos mentales y la necesidad de mejorar la calidad de vida de la población. El presente tiene como objetivo analizar el bienestar psicológico de alumnos universitarios de tercero y cuarto semestre de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Autónoma de Chihuahua campus Cd. Juárez, identificando los factores que requieren promoción y mejora. Se realizó un muestreo no probabilístico y por conveniencia de un total de 89 estudiantes. Se obtuvieron puntuaciones bajas en cuanto al bienestar positivo, así como puntuaciones altas en el bienestar negativo, resultados que indican la pertinencia de generar estrategias para apoyo del bienestar psicológico de los estudiantes.

***PALABRAS CLAVE:*** Bienestar psicológico, estudiantes, desarrollo, sociedad.

### **ABSTRACT**

Psychological well-being is a fundamental aspect in university students' lives, since academic performance, personal development, and overall quality of life is directly influenced by this concept. In Mexico, as in many other countries, the attention to mental health has gained importance in recent decades due to the increase in mental disorders and the need to improve the population's quality of life. This study aims to analyze the psychological well-being of third and fourth-semester university students in the Facultad de Ciencias Políticas y Sociales from Universidad Autónoma de Chihuahua Juárez campus, identifying the factors that require promotion and improvement. A non-probabilistic convenience sampling of a total of 89 students was conducted. Low scores were obtained in terms of positive well-being, and high scores in negative well-being, results that indicate the relevance of generating strategies to support the psychological well-being of students.

***KEYWORDS:*** Finte Psychological well-being, students, development, society

---

\*Doctora en Psicoterapia Humanista, profesora de tiempo completo de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Autónoma de Chihuahua. Contacto: avarela@uach.mx

\*\* Maestro en Administración, profesor de tiempo completo de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Autónoma de Chihuahua. Contacto: jverdugo@uach.mx

\*\*\* Maestro en Administración, profesor de tiempo completo de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Autónoma de Chihuahua. Contacto: vdreyes@uach.mx

## Introducción

El periodo universitario es una etapa de transición y crecimiento personal, pero también puede ser un desafío para muchos estudiantes, quienes enfrentan múltiples demandas académicas, sociales y emocionales. Es importante que las instituciones educativas reconozcan la importancia del bienestar psicológico de sus estudiantes y brinden apoyo adecuado para garantizar un ambiente propicio para el aprendizaje y el desarrollo integral.

A mediados de la década de los 2000 se dio inicio al estudio e investigación de un nuevo campo en la psicología que pretende estudiar los aspectos favorables para alcanzar el bienestar, dicho campo de la psicología ha sido denominado Psicología Positiva. (Seligman, 2005).

En este campo, se han abierto posibilidades para conocer cómo se encuentran las personas y que directrices tomar para promover los recursos que lleven al desarrollo de una población sana.

Ciudad Juárez, Chihuahua, es una ciudad en la cual se tienen problemas como violencia, desigualdad y bajos salarios de forma permanente, situaciones que derivan en condiciones para generar afectación directa al bienestar psicológico de la población. Es por ello relevante explorar como se encuentran los alumnos universitarios en cuanto a Bienestar Psicológico para la toma de decisiones que favorezcan el óptimo desarrollo de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales (FCPYS). La recolección de datos para el presente estudio se llevo a cabo durante el semestre enero-junio del 2023.

### Bienestar Psicológico

El bienestar psicológico es definido como el esfuerzo por perfeccionarse y la realización del propio potencial (Ryff y Keyes, 1995).

Según estudios recientes (Hernández-González, 2021; Ramírez et al., 2019), se ha observado una mayor conciencia pública sobre la importancia de la salud mental y el bienestar psicológico. Esto ha llevado a un aumento en la demanda de servicios de psicología y psiquiatría, así como a la implementación de programas de prevención y promoción de la salud mental en distintas regiones de México.

La evolución del bienestar psicológico en México ha sido influenciada por diversos factores socioeconómicos, culturales y políticos. En relación a las desigualdades socioeconómicas se entiende que la brecha entre clases sociales puede tener un impacto significativo en el bienestar psicológico de las personas. La falta de acceso a recursos y oportunidades puede generar estrés y ansiedad (Ortega et al., 2020). Otro factor radica en torno a la violencia y delincuencia: La violencia en México ha sido un problema persistente que afecta la per-

Sección: Humanidades

DOI: 10.52191/rdojs.2023.303

Págs.: 2-11

REVISTA  
**DOXA**  
DIGITAL*Bienestar Psicológico en estudiantes ...*

eISSN: 2594-2786

cepción de seguridad y el equilibrio emocional de la población (González-Rivera & Gómez-Flores, 2018). Ciudad Juárez Chihuahua, ha sido un lugar donde a lo largo de la historia se han desatendido aspectos fundamentales del desarrollo humano y social, situación que generó diversos tipos de violencia los cuales llevaron a la ciudad a ser identificada como “la más violenta del mundo” durante algunos años. Por otra parte, las normas culturales y sociales influyen en la forma en que se percibe y se busca el bienestar psicológico. Por ejemplo, la búsqueda de ayuda profesional puede ser vista como un signo de debilidad en algunas comunidades (Orozco et al., 2017).

Para mejorar el bienestar psicológico, se requiere una acción conjunta de diferentes actores, incluidos el gobierno, instituciones educativas, profesionales de la salud y la sociedad en general. En este sentido, es necesario implementar políticas que promuevan la prevención, el acceso a servicios de calidad y la reducción del estigma asociado a los trastornos mentales (Secretaría de Salud, 2022). Adicionalmente, se deben desarrollar programas de intervención psicosocial que fomenten habilidades para el manejo del estrés, la resiliencia y la autoestima en diferentes grupos poblacionales (Hernández et al., 2023). Y por supuesto la investigación y procesos de sensibilización son fundamentales para identificar las necesidades específicas de la población y sensibilizar a la sociedad sobre la importancia de cuidar la salud mental (Pérez et al., 2023).

## Metodología

### *Muestra*

Se realizó un muestreo no probabilístico y por conveniencia de un total de 89 estudiantes de las licenciaturas en Relaciones Internacionales, Ciencias de la Comunicación y Administración Pública y Ciencias Políticas. Los criterios de inclusión fueron los siguientes: a) ser estudiantes universitarios inscritos en la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales (FCPYS) de la Universidad Autónoma de Chihuahua (UACH), b) ser mayor de edad y c) aceptar participar en el estudio.

### *Instrumento*

El instrumento utilizado para la recopilación de la información fue la versión validada para población mexicana de la Escala de Bienestar Psicológico (Lozano y García, 2016). Esta escala cuenta con un total de 20 reactivos dispuestos en dos factores: Bienestar Positivo, que se refiere a la valoración positiva que la persona tiene de sus propias capacidades, habilidades, logros y de otros aspectos de su vida en general; y Bienestar Negativo, que es la evaluación negativa que una persona tiene de sí misma, sus capacidades en distintos ámbitos, para relacionarse, ser apreciado y lograr metas y objetivos (Ryff y Keyes, 1995). La puntuación de los reactivos está dispuesta en una escala de tipo Likert con valores del 0 al 4, donde 0 = Totalmente en desacuerdo y 4

Sección: Humanidades

DOI: 10.52191/rdojs.2023.303

Págs.: 2-11

REVISTA  
**DOXA**  
DIGITAL

*Bienestar Psicológico en estudiantes ...*

eISSN: 2594-2786

= Totalmente de acuerdo. La calificación de la escala se realiza a través de la sumatoria de las puntuaciones naturales de todos los reactivos, siendo posible la interpretación a través de la puntuación total, referida como Bienestar Total, o por la puntuación según los factores Bienestar Positivo y Bienestar Negativo. Los criterios de interpretación de la escala, de acuerdo con Lozano y García (2016), se muestran en la Tabla 1.

Tabla 1.

*Criterios de interpretación de la escala por factor*

	<b>Bajo</b>	<b>Normal</b>	<b>Alto</b>
Bienestar Positivo	0 – 33	34 – 49	50 – 56
Bienestar Negativo	0 – 9	10 – 18	19 – 24
Bienestar Total	0 – 44	45 – 67	68 – 80

*Fuente: Elaboración propia*

El instrumento fue aplicado de forma digital, a través de su adaptación al entorno Google Forms. Adicionalmente, se agregó un apartado donde se recopiló información sociodemográfica como la licenciatura, fecha de nacimiento, lugar de nacimiento, colonia, ocupación, sexo y semestre de los participantes. Antes de iniciar con la aplicación del formulario, se explicó a los estudiantes que toda la información recopilada sería estrictamente confidencial y que su participación era completamente voluntaria, asegurando que no habría repercusión alguna si decidían no responder el formulario.

***Análisis de Datos***

Una vez recopilados los datos de la muestra, se ingresaron a una base de datos en el programa estadístico IBM SPSS Statistics en su versión 25 (IBM Corporation, 2017). Se estableció un nivel alfa de .05 para la significancia de los resultados obtenidos a través de los análisis estadísticos. Se realizaron análisis descriptivos y de frecuencias en las variables sociodemográficas. Adicionalmente, para determinar la normalidad en la distribución de las medias obtenidas para cada factor del instrumento, se realizó la prueba Kolmogorov-Smirnov. El factor correspondiente al Bienestar Negativo fue el único que cumplió con el supuesto de normalidad estadística. De tal forma, se realizaron correlaciones de Spearman y se utilizaron las pruebas no paramétricas U de Mann-Whitney para muestras independientes y el Análisis de Varianza de Kruskal-Wallis con los factores que no cumplieron con una distribución normal; el factor correspondiente al Bienestar Negativo fue analizado con las pruebas paramétricas T de Student para grupos independientes, correlación de Pearson y Análisis de la Va-

Sección: Humanidades

DOI: 10.52191/rdojs.2023.303

Págs.: 2-11

REVISTA  
**DOXA**  
DIGITAL

*Bienestar Psicológico en estudiantes ...*

eISSN: 2594-2786

rianza (ANOVA).

## Resultados

### *Análisis Descriptivo*

Se contó con un total de 89 participantes con una edad media de 19.91 años ( $\pm 1.19$ ), de los cuales 56.2 % son del sexo femenino y 43.8 % del sexo masculino. Del total de la muestra, 81.9 % únicamente estudia, mientras que el 18.1 % estudia y trabaja. El lugar de nacimiento del 82.19 % de los participantes fue Ciudad Juárez; el 17.81 % restante nació en alguna otra ciudad (Tabla 2).

En cuanto a las licenciaturas cursadas por las y los participantes, la muestra se compone por un 52.9 % de estudiantes de Relaciones Internacionales, 39.1 % son estudiantes de Ciencias de la Comunicación y el 8 % restante corresponde a estudiantes de Administración Pública y Ciencias Políticas. Estos datos, así como la distribución de frecuencias según el semestre en curso, se muestran detalladamente en la Tabla 2.

Tabla 2.

*Datos descriptivos de la muestra*

	Media	DE		Media	DE
Edad	19.91	1.191	Carrera		
	Frecuencia	Porcentaje			
Sexo			Relaciones Internacionales	46	52.9
Femenino	41	56.2	Ciencias de la Comunicación	34	39.1
Masculino	32	43.8	Administración Pública y Ciencias Políticas	7	8.0
Lugar de Nacimiento			Semestre		
Ciudad Juárez	60	82.19	2do	27	31
Chihuahua	2	2.74	3ro	20	23
El Paso, Texas	5	6.85	4to	27	31
Otra	6	8.22	5to	10	11.5
Ocupación			7mo	1	1.1
Estudiante	59	81.9	8vo	2	2.3
Estudiante y empleado	13	18.1			

*Fuente: Elaboración propia*

### *Análisis Descriptivo de los Factores por Medias*

Siguiendo el procedimiento de revisión establecido para el instrumento por Lozano y García (2016), se

computaron las sumatorias y se obtuvieron las medias para cada factor, así como de la media total del instrumento (Tabla 3).

Tabla 3.

*Medias y desviaciones estándar por factor*

	N	Media	DE
Bienestar Positivo	80	37.75	11.43
Bienestar Negativo	89	11.42	4.18
Bienestar Total	80	49.50	9.69

Fuente: Elaboración propia

### *Análisis No Paramétricos*

Se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre el Bienestar Positivo y el Semestre [ $Rho = -.30, p < .01$ ], así como entre el Bienestar Total y el Semestre [ $Rho = -.28, p < .05$ ], ambas correlaciones son pequeñas y negativas. Estos resultados permiten inferir que, a mayor semestre, menor puntuación en el Bienestar Positivo; así como a mayor semestre, menor puntuación en el Bienestar Total (Tabla 4).

Tabla 4.

*Correlaciones de Spearman entre factores y variables*

	Sexo	Ocupación	Semestre	Carrera	Edad
Bienestar Positivo	-.020	-.006	-.295**	.069	-.122
Bienestar Total	-.027	-.010	-.277*	.019	-.129

Fuente: Elaboración propia Nota: \*  $p < .05$

Se realizaron análisis con la prueba de Kruskal-Wallis para comparar las medianas por factores entre grupos según el Semestre. Se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos por Semestre en al menos una de las medianas obtenidas en el Bienestar Positivo por los participantes [ $H(5) = 20.724, p < .01$ ], así como en las medianas obtenidas en el Bienestar Total [ $H(5) = 21.60, p < .01$ ] (Tabla 5).

Del mismo modo, al comparar las medianas por factores entre grupos según la variable Carrera, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre las medianas obtenidas en el Bienestar Positivo [ $H(2) = 8.84, p < .05$ ] y en las medianas para el Bienestar Total [ $H(2) = 6.21, p < .05$ ] (Tabla 6).

Tabla 5.

*Prueba de Kruskal-Wallis por factores según Semestre*

	N	Rango promedio	H
Bienestar Positivo			20.724**
2do	23	48.76	
3ro	20	50.30	
4to	24	24.02	
5to	10	37.85	
7mo	1	31.50	
8vo	2	63.00	
Bienestar Total			21.603**
2do	23	48.70	
3ro	20	49.30	
4to	24	24.46	
5to	10	38.35	
7mo	1	20.50	
8vo	2	71.50	

Fuente: Elaboración propia *Nota:* \*\*  $p < .01$

Tabla 6.

*Prueba de Kruskal-Wallis por factores según Carrera*

	N	Rango promedio	H
Bienestar Positivo			8.840*
Relaciones Internacionales	4	37.26	
	2		
Ciencias de la Comunicación	3	48.85	
	1		
Administración Pública y Ciencias Políticas	7	22.93	
Bienestar Total			6.209*
Relaciones Internacionales	4	38.58	
	2		
Ciencias de la Comunicación	3	46.85	
	1		
Administración Pública y Ciencias Políticas	7	23.86	

Fuente: Elaboración propia *Nota:* \*  $p < .05$

### *Análisis Paramétricos*

Se realizó una prueba ANOVA con las puntuaciones obtenidas en el factor Bienestar Negativo entre grupos según el Semestre. El análisis de la varianza demostró una diferencia estadísticamente significativa en el Bienestar Negativo al comparar las medias por Semestre [ $F(4, 81) = 2.49, p < .05, \eta^2 = .11$ ]; no obstante, el análisis Post Hoc de Bonferroni no detectó una diferencia estadísticamente significativa entre dos o más grupos en particular (Tabla 7).

*Tabla 7.*

*Análisis de varianzas del Bienestar Negativo según el Semestre*

	<b>2do</b>	<b>3ro</b>	<b>4to</b>	<b>5to</b>	<b>8vo</b>	<b>F</b>	<b>p</b>	<b><math>\eta^2</math></b>
	M(DE)	M(DE)	M(DE)	M(DE)	M(DE)			
Bienestar Negativo	10.81 ( $\pm 3.247$ )	10.20 ( $\pm 5.043$ )	13.52 ( $\pm 3.906$ )	11.00 ( $\pm 3.712$ )	12.50 ( $\pm 4.950$ )	2.494	.049	.110

*Fuente: Elaboración propia*

Se utilizó una prueba T de Student para una muestra para comparar la media obtenida en el Bienestar Negativo por los participantes y la media reportada por Lozano y García (2016). Los resultados reflejan la existencia de una diferencia estadísticamente significativa entre las medias de ambos estudios [ $t(88) = -6.13, p < .01, d = .47$ ], teniendo un tamaño de efecto pequeño. De forma que la media presentada para el factor Bienestar Negativo en esta población es significativamente menor que la obtenida en el trabajo de Lozano y García (2016).

### **Conclusiones**

Los resultados obtenidos al comparar las diferencias entre los distintos factores del instrumento demuestran que existen diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones obtenidas según el semestre de los participantes. De esta forma, las y los estudiantes de semestres más avanzados tienden a obtener puntuaciones más bajas en cuanto al Bienestar Positivo y total, así como puntuaciones más altas en el Bienestar Negativo. Este panorama da pie a considerar que la carga académica, responsabilidades personales u otros factores no explorados podrían estar influyendo negativamente en el bienestar psicológico de la comunidad estudiantil conforme avanzan en la licenciatura.

Particularmente, es importante resaltar que las puntuaciones medias obtenidas por las y los alumnos de cuarto semestre en los factores Bienestar Positivo y Negativo se alejan ligeramente de las medias de los demás



semestres; así también, las puntuaciones medias reflejadas por estudiantes de Administración Pública y Ciencias Políticas siguen una tendencia similar, por lo que no se descarta la posibilidad de prestar atención en especial a estas poblaciones para fomentar y facilitar factores de protección en lo que respecta al cuidado y atención de la salud mental.

La media obtenida por la población general en el Bienestar Negativo indica una menor puntuación en la valoración negativa que la comunidad estudiantil tiene hacia sus propias capacidades, lo que podría ser un posible indicador de una mejor adaptación y resiliencia hacia las experiencias negativas. La información recabada permite sugerir la necesidad de continuar explorando el constructo para detectar la existencia de casos extremos y de posible relevancia clínica en la comunidad estudiantil de la FCPYS. Lo que pone de manifiesto las habilidades resilientes de los estudiantes de la facultad. La Resiliencia se define como la capacidad que tiene todo individuo para resistir, adaptarse y transformarse a pesar de vivir situaciones difíciles o traumáticas (Tarragona, 2012).

Sin embargo, para promover y mantener el bienestar psicológico en población universitaria, seguirá siendo necesario el desarrollo de programas de intervención y programas de atención psicológica permanente dentro de la institución, así como continuar con la investigación sobre el tema. El trabajo conjunto de diferentes actores permitirá avanzar hacia una población universitaria saludable y resiliente en términos psicológicos.

## Referencias

- González-Rivera, M. D., & Gómez-Flores, J. R. (2018). Violence and mental health in Mexico: A qualitative study. *Journal of Trauma and Violence*, 22(5), 607-621.
- Hernández-González, M. (2021). Health and wellbeing in Mexico: Challenges and opportunities. *Journal of Public Health*, 15(3), 257-273.
- Hernández, J. A., et al. (2023). Evaluation of a psychosocial intervention program for adolescents in Mexico. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(4), 532-546.
- IBM Corporation. (2017). *IBM SPSS Statistics for Windows* (25.0) [Software]. [https://www.ibm.com/mx-es/products/spss-statistics?lot=1&mhsrc=ibmsearch\\_a&mhq=spss](https://www.ibm.com/mx-es/products/spss-statistics?lot=1&mhsrc=ibmsearch_a&mhq=spss)
- Lozano, M. M. y García, B.E. (2016). Escala de Bienestar Psicológico. En García, B. E., Lozano, M. M., y Díaz, I. F. (Eds.), *19 escalas de evaluación psicológica* (1.<sup>a</sup> ed., pp. 77-81).
- Ortega, R. M., et al. (2020). Socioeconomic inequalities and psychological wellbeing in Mexico. *Journal of*

Sección: Humanidades

DOI: 10.52191/rdojs.2023.303

Págs.: 2-11

REVISTA  
**DOXA**  
DIGITAL

*Bienestar Psicológico en estudiantes ...*

eISSN: 2594-2786

Health Psychology, 25(7), 917-932.

Orozco, R., et al. (2017). Cultural factors influencing mental health help-seeking attitudes among Mexican immigrants. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 19(6), 1435-1443.

Ramírez, L. M., et al. (2019). The impact of mental health services in Mexico: A systematic review. *International Journal of Mental Health*, 30(2), 126-141.

Ryff, C., & Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.

Secretaría de Salud. (2022). Programa Nacional de Salud Mental 2022-2030. Retrieved from <https://www.gob.mx/salud/documentos/programa-nacional-de-salud-mental-2022-2030>

Seligman, M. (2005). *La auténtica felicidad*. B.S.A. Barcelona

Tarragona, M. (2012). *La resiliencia: El resorte del bienestar*. Universidad de Sonora.

Pérez, S., et al. (2023). Understanding mental health needs in Mexico: A qualitative study