

Análisis descriptivo del bienestar psicológico en estudiantes universitarios mexicanos

Maricela Osorio Guzmán¹, Carlos Prado Romero²,
Georgina Eugenia Bázan Riverón³, Santa Parrello⁴

UNAM Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Università degli Studi di Napoli Federico II

Resumen

El bienestar psicológico es un concepto que se ha relacionado con términos como felicidad, calidad de vida, salud mental, y con distintas variables personales y contextuales. El objetivo del presente trabajo fue analizar y comparar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes universitarios mexicanos de la Universidad Nacional Autónoma de México, por campus, carrera y género. Participaron 1 400 estudiantes universitarios de 10 licenciaturas ofrecidas en 5 campus, con edades comprendidas entre 18 y 30 años, de ambos sexos. Se aplicó la adaptación validada para Estudiantes Universitarios Mexicanos de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff (1989a), la cual consta de 20 reactivos (alfa = 0.89) (Osorio, Prado, *en prensa*). Los estudiantes obtuvieron puntajes altos de bienestar psicológico, además se encontraron

¹ Profesora e Investigadora Titular C de la Universidad Nacional Autónoma de México, FES Iztacala. <http://orcid.org/0000-0001-7798-5301>, correo electrónico: mosorio@unam.mx

² Profesor de asignatura. Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala <https://orcid.org/0000-0003-0809-0672> correo electrónico: carlosprador9318@gmail.com

³ Profesora e Investigadora Titular B de la Universidad Nacional Autónoma de México, FES Iztacala <https://orcid.org/0000-0001-6582-6370> correo electrónico: gebrmx@yahoo.com.mx

⁴ Profesora e Investigadora de la Università degli Studi di Napoli Federico II <https://orcid.org/0000-0001-7617-6369>

diferencias estadísticamente significativas entre campus, carreras y género. Se discute la importancia de diseñar programas de intervención en los grupos con puntajes medios y bajos.

Palabras clave: bienestar psicológico, bienestar hedónico, bienestar eudomónico, estudiantes universitarios.

Abstract

The psychological Well Being is a concept that has been relate to terms as happiness, quality of life, mental health, and with different personal and contextual variables. The aim of current work was to analyze and compare the levels of psychological well-being in mexican university students from "Universidad Nacional Autonoma autonoma Mexico", by campus, career and gender. 1 400 university students, from which 10 majors are offered in 5 campus, participated in such work., whose ages are between 18 and 30 years old, with both sexes. Valid adaptation was applied to Mexican university students from the Ryff's psychological well-being scale (1989a), which consists of 20 items (alfa = 0.89) (Osorio, Prado, *in press*). Students got high psychological well-being scores besides, statistically meaningful differences were found between campus, majors and genders. The importance of designing intervention programs is being discussed among the groups with high and low scores.

Key words: psychological well-being, hedonic well-being, eudemonic wellbeing, university students.

Introducción

El bienestar ha sido tema de interés de diversas disciplinas y áreas de la psicología; este concepto se ha relacionado con términos como felicidad, calidad de vida y salud mental, así como con distintas variables personales y contextuales; también se ha asociado con salud biológica, trabajo satisfactorio, vida amorosa, afectiva y familiar, amistad, posibilidad para desarrollar apegos, buena situación económica, y logro académico (Buss, 2000; Costa, McCrae & Zonderman, 1987; Hagerty, 2000; Thompson, 2001; Casullo, 2002). Es también interés de muchos países tener un índice general de bienestar de su población, por ejemplo, en México se destaca el reporte de Indicadores de Bienestar Autorreportado de la Población Urbana realizado por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2019).

A su vez, este concepto se ha revisado desde perspectivas hedónicas y eudomónicas. La primera implica satisfacción con la vida, presencia de estado de ánimo positivo, incluye el valor asignado a las metas; el cual es individual y específico en cada cultura y se asocia al «bienestar subjetivo», entendido en términos de ausencia de emociones negativas, experiencia de emociones positivas y satisfacción vital (Diener, Suh, Luca & Smith, 1999; Kim-Prieto, Diener, Tamir, Scollon & Diener, 2005). Y, la perspectiva eudomónica la cual ha diferenciado la felicidad del bienestar e incluye en su definición la realización del verdadero potencial individual; y está conformada por variables como autodeterminación, logro de metas, sentido de la vida, actualización de los potenciales personales y autorrealización; esta concepción se asocia al «bienestar psicológico», que incluiría el crecimiento personal y la actualización de las capacidades como evidencia de funcionamiento psicológico positivo (Keyes, 2006; Ring, Höfer, McGee, Hickey & O'Boyle, 2007; Ryan & Huta, 2009).

Ryff concibió el bienestar psicológico desde la perspectiva eudaimónica, y a partir de esta desarrolló las Escalas de Bienestar Psicológico (Psychological Well-Being scales -PWBS-; Ryff, 1989a), que incluyen seis dimensiones (Keyes, Ryff & Shmotkin 2002; Ryff, 1989b; Ryff & Singer, 2008); las cuales han sido descritas en Veliz, (2012) y García-Alandete, (2013) como:

Autoaceptación: autoevaluaciones positivas y de la propia vida pasada; reconocimiento y aceptación de los múltiples aspectos del yo, incluyendo las cualidades negativas tanto como las positivas.

Relaciones Positivas: relaciones interpersonales de calidad, satisfactorias y auténticas; preocupación por el bienestar de los demás; capacidad de empatía, afecto e intimidad; comprensión de la reciprocidad que exigen las relaciones humanas.

Autonomía: sentido de autodeterminación e independencia; resistencia a la presión social para pensar y actuar de determinada manera; autoevaluación basada en estándares personales.

Dominio del Entorno: capacidad de gestionar con eficacia la propia vida y el mundo circundante; uso competente de los recursos disponibles en el medio; capacidad de elegir o crear contextos que satisfagan las necesidades y valores personales.

Crecimiento Personal: sentido de crecimiento y desarrollo continuo como persona; autopercepción de expansión personal; apertura a nuevas experiencias; sentido de realización del potencial personal; cambios en direcciones que indican un incremento de autoconocimiento y eficacia.

Propósito en la Vida: capacidad de establecer metas vitales y sentido de autodirección; persistencia en el cumplimiento de objetivos vitalmente importantes; creencia de que la propia vida, tanto pasada como presente, es útil y tiene un sentido (Veliz, 2012; García-Alandete, 2013).

Estudiar el bienestar psicológico en diferentes poblaciones es fundamental ya que conocer la percepción que se tiene del mismo podrá dar indicios de cómo influye en la toma de decisiones, cuales son los niveles de satisfacción, felicidad, esfuerzo y persistencia necesarios, para la realización de metas, objetivos y proyectos personales. Lo anterior se vuelve particularmente cierto en estudiantes universitarios, ya que necesitan de muchas herramientas personales, familiares y sociales, para hacer frente a los grandes retos que representa estar inscritos en una institución de nivel superior.

Diferentes estudios han reportado que los estudiantes universitarios constantemente se enfrentan a situaciones que pueden influir en su estado de bienestar, como largas horas de clase y estudio, realización de proyectos, horas muertas, dominio de otro idioma, sobrecarga académica, trabajos empalmados y poca disponibilidad de tiempo para estudiar entre examen y examen (Barradas, Trujillo, Sánchez & López, 2017; Osorio, Parrello, & Prado 2020), además de relaciones conflictivas con sus profesores y compañeros, desvaloración de sus capacidades por parte de los docentes, poco apoyo familiar, etc., (Schaufeli, Salanova, González-Roma & Bakker, 2002; Caballero, Bresó & González, 2015; Rosales, & Rosales, 2013).

En esta línea, diversos investigadores han reportado que en población universitaria 1) más del 50% de las muestras presentan bienestar bajo y moderado (Pérez, Ponce, Hernández & Márquez, 2010; Ross, Salgado, Fernández & López, 2019) 2) los niveles de bienestar difieren en torno a la institución académica (Salanova, Martínez, Bresó, Llorens & Grau, 2005), 3) las mujeres en general presentan mayores medias de bienestar psicológico en comparación con sus pares varones (Zubieta, & Delfino, 2010), y 4) se observan relaciones positivas entre el bienestar, la edad y el rendimiento académico (Velásquez, et al., 2008; García-Alandete, 2013),

A la luz de los argumentos anteriormente referidos, la presente investigación tuvo como objetivo analizar y comparar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes universitarios mexicanos de la Universidad Nacional Autónoma de México, por campus, carrera y género.

Método

Participantes

1400 estudiantes universitarios provenientes de 10 licenciaturas ofrecidas en 5 campus de la UNAM con un intervalo de edad de 18 a 30 años y de ambos sexos.

Instrumentos

Para medir el bienestar psicológico se utilizó la adaptación validada para Estudiantes Universitarios Mexicanos de las Escalas de Bienestar Psicológico la cual consta de 20 reactivos (Osorio & Prado, *en prensa*), que evalúan las 6 dimensiones propuestas por Ryff (1989a). Las respuestas de los participantes fueron evaluadas mediante una escala Likert que comprende valores entre 1 (total desacuerdo) y 6 (total acuerdo). El alfa de Cronbach de las escalas es de 0.89. Los índices de ajuste reportados son $\chi^2=652.240$; $gl=170$; $\chi^2/gl= 3.8$; CFI=.90; TLI=.90; GFI=.92; RMSEA=.06 (Osorio & Prado, *en prensa*).

Procedimiento

El levantamiento de datos fue realizado en las diferentes facultades, a partir de un muestreo no probabilístico en horario académico. Se instruyó a los participantes para responder el instrumento y se les instó a firmar el consentimiento informado. Se seleccionaron los instrumentos completos, para realizar las bases de datos y proceder al análisis.

Análisis de los datos

Se llevó a cabo un análisis descriptivo de las variables sociodemográficas de la muestra; se calcularon y describieron los puntajes de cada una de las escalas que componen el instrumento; se compararon las medias de los diversos subgrupos (semestre, campus), a través de un análisis de varianza de un factor (ANOVA). El análisis de datos se efectuó en los programas estadísticos SPSS 25.

Resultados

Participaron 1400 universitarios cuya media de edad fue de 20.58 ($DE=2.12$), de los cuales el 48.1% fueron del género masculino y el resto del femenino. La media de su promedio de califi-

caciones actual fue de 8.4/10 y la mayoría cursaba el segundo semestre (ver Tabla 1). Las facultades y las licenciaturas se muestran en la Tabla 1.

Tabla 1. Porcentaje de los campus y licenciaturas de los participantes

Campus	Porcentaje
Ciudad Universitaria	31.8
Facultad de Estudios Superiores Acatlán	11.5
Facultad de Estudios Superiores Aragón	24.3
Facultad de Estudios Superiores Iztacala	23.6
Facultad de Estudios Superiores Zaragoza	8.9
Licenciaturas	
Psicología	31
Arquitectura	10.3
Cirujano dentista	11.9
Comunicación	16
Derecho	11.5
Diseño gráfico	1.3
Filosofía y Letras	.2
Historia	1.6
Ingeniería	16.3
Semestre	
Primero	4.9
Segundo	30.9
Tercero	.6
Cuarto	26.4
Quinto	6.1
Sexto	19.1
Séptimo	.1
Octavo	9.7
Noveno	1
Décimo	.4
Undécimo	.8

Respecto a los niveles de bienestar, en esta muestra de universitarios se obtuvo un puntaje de 67.3% en bienestar alto y 32.4% en medio, como se puede observar en la Tabla 2.

En esta misma tabla se pueden observar los porcentajes por niveles de las 6 áreas que componen el bienestar psicológico (Ryff, 1989a).

Tabla 2. Porcentajes, medias y desviaciones estándar de los niveles en las diferentes áreas de las escalas de Bienestar Psicológico.

Áreas	Niveles			Media	DE
	Bajo	Medio	Alto		
Auto-aceptación	1.2	18.3	80.5	14.93	2.8
Relaciones positivas	1.2	18.3	80.5	13.07	3.7
Autonomía	4.0	35.1	60.9	13.44	3.4
Dominio del entorno	4.4	36.9	58.7	13.10	3.3
Crecimiento personal	0.9	16.4	82.8	15.36	2.7
Propósito en la vida	1.4	29.9	68.7	14.29	4.5
Total de Bienestar	0.4	32.4	67.3	94.18	15.5

Como se puede observar los estudiantes reportaron altos porcentajes en todas las áreas del instrumento de bienestar, sobresale el área de crecimiento personal como el porcentaje más alto (82.8%) y el de dominio del entorno con el puntaje más bajo (58.7).

Respecto a los niveles reportados en las diferentes escuelas se tiene que el nivel de bienestar total más elevado se encontró en Ciudad Universitaria, mientras que el nivel más bajo fue en la FES Zaragoza (ver Figura 1)

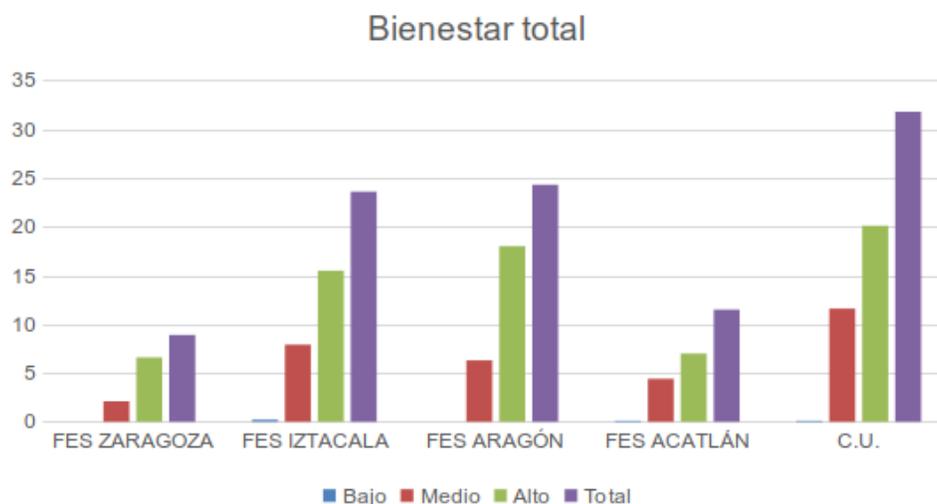


Figura 1. Niveles de bienestar total obtenidos en cada una de las escuelas participantes

Continuando con el análisis se procedió a calcular una ANOVA para comparar los niveles de bienestar en las diferentes facultades y por semestre obteniéndose algunas diferencias significativas en la primera variable y ninguna en la segunda (Ver tabla 3).

Tabla 3. Diferencias significativas entre las facultades participantes en las diferentes áreas de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff

ÁREAS DEL INSTRUM.	(I) FACULTAD	(J) FACULTAD	Diferencia de medias (I-J)	Error típico	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
						Límite inferior	Límite superior
AUTO-ACEPTACIÓN	FES ARAGÓN	FES ACATLÁN	.956*	.269	.004	.22	1.69
		FES IZTACALA	.653*	.270	.023	.06	1.25
		FES ZARAGOZA	FES ACATLÁN	1.089*	.296	.011	.17
RELACIONES POSITIVAS	FES ARAGÓN	FES ACATLÁN	1.025*	.36	.03	.04	.2
		FES IZTACALA	.818*	.291	.04	.02	1.6
AUTONOMÍA	FES ARAGÓN	CU	1.440*	0.241	0.000	0.78	2.10
		FES ACATLÁN	0.879*	0.320	0.048	0.00	1.75
		FES IZTACALA	1.154*	0.258	0.000	0.45	1.86
DOMINIO DEL ENTORNO	FES ARAGÓN	CU	.84*	.238	.004	.19	1.49
		FES ACATLÁN	1.251*	.316	.001	.39	2.11
		FES IZTACALA	1.149*	.225	.000	.45	1.85
		FES ZARAGOZA	FES IZTACALA	1.184*	.325	.001	.38
CRECIMIENTO PERSONAL	FES ARAGÓN	FES ACATLÁN	.899*	.26	.005	.19	1.61
	FES ZARAGOZA	FES ACATLÁN	1.268*	.325	.001	.38	2.16

*Nivel de significancia .05

Para analizar las diferencias entre el género y las carreras se aplicó la *t* de *student*, de esta manera se obtuvieron los siguientes resultados (ver tabla 4).

Tabla 4. Diferencia entre género y licenciaturas, en las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff

ÁREAS	GÉNERO	t	gl	Sig.
HOMBRES-MUJERES				
RELACIONES POSITIVAS		-1.179	1398	.003
DOMINIO DEL ENTORNO		-2.070	1398	.003
CRECIMIENTO PERSONAL		-3.676	1398	.000
TOTAL DE BIENESTAR		-2.165	1398	.031
ÁREAS	CARRERAS	t	gl	Sig.
PSICOLOGÍA				
DERECHO				
AUTOACEPTACIÓN		-4.169	593	.001
RELACIONES POSITIVAS		-3.382	593	.001
AUTONOMÍA		-5.361	593	.001
DOMINIO DEL ENTORNO		-4.576	593	.001
CRECIMIENTO PERSONAL		-3.453	593	.001
PROPÓSITO EN LA VIDA		-4.679	593	.001
TOTAL DE BIENESTAR		-5.702	593	.001
ARQUITECTURA INGENIERÍA				
AUTOACEPTACIÓN		2.2	370	.028
RELACIONES POSITIVAS		1.89	370	.05
AUTONOMÍA		2.2	370	.028
DOMINIO DEL ENTORNO		2.2	370	.033
CRECIMIENTO PERSONAL		1.95	370	.05
PROPÓSITO EN LA VIDA		3.01	370	.003
TOTAL DE BIENESTAR		3.15	370	.002
COMUNICACIÓN DERECHO				
AUTOACEPTACIÓN		-4.926	383	.07
RELACIONES POSITIVAS		-2.716	383	.00
AUTONOMÍA		-6.129	383	.00
DOMINIO DEL ENTORNO		-5.114	383	.00
CRECIMIENTO PERSONAL		-5.219	383	.00
PROPÓSITO EN LA VIDA		-4.584	383	.00

TOTAL DE BIENESTAR	-6.308	383	.00
DERECHO INGENIERÍA			
AUTOACEPTACIÓN	3.8	387	.000
RELACIONES POSITIVAS	2.8	387	.004
AUTONOMÍA	3.9	387	.000
DOMINIO DEL ENTORNO	3.7	387	.000
CRECIMIENTO PERSONAL	4.6	387	.000
PROPÓSITO EN LA VIDA	4.05	387	.000
TOTAL DE BIENESTAR	5.2	387	.000

Discusión

Como se pudo observar en los resultados los niveles de bienestar presentes en la muestra son en su mayoría altos. Lo que significa que en términos generales los estudiantes reportan tener relaciones positivas, tener auto-aceptación, sienten tener un crecimiento personal adecuado y tener un propósito en la vida definido; aunque, también se presentan casos de niveles bajos en las áreas de autonomía y dominio del entorno. Estos datos concuerdan con lo reportado por el INEGI en los Indicadores de Bienestar Autorreportado de la Población Urbana (2019); donde se dice que los niveles de bienestar están alrededor del 8.3/10. No obstante, lo anterior difiere de lo reportado por autores como Pérez, Ponce, Hernández & Márquez, (2010); Ross, Salgado, Fernández & López, (2019), quienes encontraron bajos niveles de bienestar en escolares.

En términos generales, los estudiantes de la UNAM del campus central (C.U) son los que tienen mayores puntajes de satisfacción, mientras que FES Zaragoza es la que reporta niveles menores; aunque FES Zaragoza no tienen ningún caso de puntaje total bajo en bienestar, a diferencia de Acatlán, CU e Iztacala.

En cuanto a las diferencias significativas en las áreas de las Escalas de Bienestar por Facultad, se encontraron en 5: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno y crecimiento personal; resalta el hecho de que son siempre entre las FES Aragón y Zaragoza con todas las otras facultades.

Al hacer la comparación por género se encontraron diferencias estadísticamente significativas en relaciones positivas, dominio del entorno, crecimiento personal, y en el total de bienestar, donde las mujeres mostraron medias más altas en cada área, datos que concuerdan con investigaciones anteriores (Zubieta, & Delfino, 2010); pero que difieren con los datos reportados por el INEGI 2019, donde se menciona que son los hombres quienes alcanzan mayores índices de bienestar, lo cual puede estar relacionado con la percepción de seguridad.

Referente a la comparación entre licenciaturas en las diferentes áreas del cuestionario se encontró que son las carreras de psicología y derecho; arquitectura e ingeniería; comunicación y derecho; e ingeniería y derecho, las que tienen diferencias estadísticamente significativas en todas las áreas y el total del instrumento; encontrando las medias más altas en derecho y arquitectura, lo que indica que son los estudiantes de estas dos carreras las que se perciben con niveles más altos de bienestar.

Conclusiones

Los estudiantes de la UNAM, la universidad más grande y prestigiosa del país, en 5 de sus diferentes sedes, reportan una percepción de bienestar alto, lo que indica niveles adecuados de bienestar, lo cual les permitiría, -por lo menos a nivel teórico- tener los elementos necesarios para poder desempeñarse eficientemente en su área de estudio.

Para investigaciones futuras se sugiere analizar el tipo de variables biopsicosociales asociadas al bienestar de los universitarios, para poder diseñar intervenciones miradas a incrementar el mismo, atendiendo, además, a los estudiantes que puntuaron en niveles medios y bajos.

De la misma manera se sugiere, indagar la relación entre bienestar psicológico, aprovechamiento académico y eficiencia terminal de cada una de las sedes, con el mismo propósito.

Referencias

- Barradas A., Trujillo C., Sánchez, A. & López G. (2017) Burnout estudiantil en universitarios veracruzanos. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 7(14).
- Buss, D. M. (2000). *The evolution of happiness*. *American Psychologist*, 55(1), 15-23
- Caballero, C.; Bresó, E., & González G. (2015). Burnout en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 32(3), 424-441.
- Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. Buenos Aires: Paidós.
- Costa, P., McCrae, R. & Zonderman, A. (1987). Environmental and dispositional influences on well-being: Longitudinal follow-up of an American national sample. *British Journal of Psychology*, 78, 299-306.
- Cuadra, H. & Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83-96
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. & Smith, H.L. (1999). Subjective Well-Being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- García-Alandete, J. (2013). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles *Salud & Sociedad*, 4(1), 48-58. <http://dx.doi.org/10.22199/S07187475.2013.0001.00004>
- Hagerty, M. (2000). Social comparisons of income in one's community: evidence from national surveys of income and happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 764-771.
- INEGI (2019) Indicadores de Bienestar Autorreportado de la Población Urbana. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/app/saladeprensa/noticia.html?id=5191>
- Keyes, C., Ryff, C., y Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.
- Kim-Prieto, Ch., Diener, E., Tamir, M., Scollon, C. & Diener, M. (2005). Integrating the diverse definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 6, 261-300.

- Osorio G.M., Parrello, S. Prado R.C. (2020). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología* 2(1), 27-37
- Osorio G.M., Prado R.C. (en prensa). Estructura factorial de las Escalas de Bienestar de Ryff en estudiantes universitarios mexicanos
- Pérez, M. L., Ponce, A., Hernández, J. & Márquez, B. (2010). Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la Región Altos Norte de Jalisco. *Revista de Educación y Desarrollo*. 14: 31-37.
- Ring, L., Höfer, S., McGee, H., Hickey, A. & O'Boyle, C. (2007). Individual quality of life: Can it be accounted for by psychological or subjective well-being? *Social Indicators Research*, 82, 443-461.
- Rosales R. Y., & Rosales P., F. R. (2013). Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. *Salud Mental*, 36(4).
- Ross Arguelles, G. P., Salgado Ortiz, K. I., Fernández Nistal, M. T. y López Valenzuela, M. I. (2019). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Educación y Ciencia*, 8(51), 58-63.
- Ryan, R. M., & Huta, V. (2009). Wellness as healthy functioning or wellness as happiness: The importance of Eudaimonic Thinking. *Journal of Positive Psychology*, 4, 202-204.
- Ryff, C. D. y Singer, B. H. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39. doi:10.1007/s10902-006-9019-0
- Ryff, C.D. (1989a). Happiness is Everything, or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081. http://dx. doi:10.1037//0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C.D. (1989b). Beyond Ponce de Leon and Life Satisfaction: New Directions in Quest of Successful Aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-55. http://dx. doi:10.1177/016502548901200102
- Salanova, M., Martínez, I. M., Bresó, E., Llorens, S. & Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales de psicología*. 21(1): 170-180.
- Schaufeli, W., Salanova, M., González-Roma, V., & Bakker, A. (2002). The measurement of burnout and engagement: A confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71-92.

Thompson, M. G. (2001, noviembre). Happiness and culture. Conferencia magistral en XII Congreso Interdisciplinario de la Federación Internacional para la Educación Psicoanalítica, Fort Lauderdale, USA.

Velásquez, C., et al. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos. *Revista de Investigación en Psicología*. 11(2): 139-152.

Véliz, A. (2012). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico y estructura factorial en universitarios chilenos. *Psicoperspectivas*, 11(2), 143-163.

Zubieta, E. & Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de buenos aires. *Anuario de Investigaciones*. XVII: 277-283.