



ESCUELA DE PSICOLOGÍA

Tema:

**PERCEPCIÓN DE BIENESTAR Y SOLEDAD EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE TUNGURAHUA**

**Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Licenciada en
Psicología Clínica**

Línea de investigación:

VIDA DIGNA Y SALUD INTEGRAL

Autora:

Kelly Gabriela Espín Álvarez

Director:

Mg. Carlos Rodrigo Moreta Herrera

Ambato - Ecuador

Marzo 2025

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo: **KELLY GABRIELA ESPÍN ÁLVAREZ**, con cédula de ciudadanía **1850241595**, autora del trabajo de graduación titulado: "PERCEPCIÓN DE BIENESTAR Y SOLEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE TUNGURAHUA", previa a la obtención del título profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**, en la escuela de **PSICOLOGÍA**.

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de la Universidad.

Ambato, marzo 2025



Kelly Gabriela Espín Álvarez

CC. 1850241595

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE AMBATO
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Tema:

**PERCEPCIÓN DE BIENESTAR Y SOLEDAD EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE TUNGURAHUA**

Línea de investigación:

VIDA DIGNA Y SALUD INTEGRAL

Autora:

Kelly Gabriela Espín Álvarez

Carlos Rodrigo Moreta Herrera, Psic Cl. Mg.

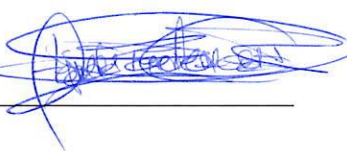
CC. 1802732063

CALIFICADOR

f. 

María Alejandra Peñaherrera Ron, Psic Cl. Mg.

CALIFICADOR

f. 

Iveth Alejandra Morales Buitrón, Psic Cl. Mg.

CALIFICADOR

f. 

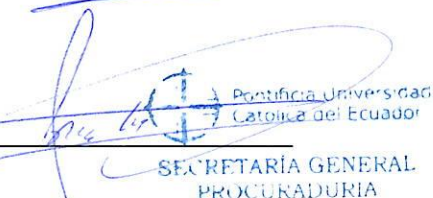
Lucia Almeida Márquez, Dra. Mg.

DIRECTORA ESCUELA DE PSICOLOGÍA

f. 

Diego Gonzalo Coca Chanalata, Dr.

SECRETARIO GENERAL PUCESA

f. 
Pontificia Universidad Católica del Ecuador
**SECRETARÍA GENERAL
PROCURADURÍA**

Ambato – Ecuador

Marzo 2025

DEDICATORIA

A todas las personas que encuentran alivio en la psicología.

AGRADECIMIENTO

Deseo comenzar expresando mi más profundo agradecimiento a Dios, cuya fortaleza me acompañó en cada momento de adversidad.

Agradezco de corazón a mis padres, a mi hermano y a mi prima, quienes son el pilar fundamental de mi vida.

Extiendo mi gratitud a todos los profesores que me guiaron a lo largo de mi formación académica en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato, por compartir sus conocimientos con tanta entrega, profesionalismo y empatía en las aulas de estudio.

Es importante mencionar a las personas con las que forme nuevos lazos de amistad durante toda la etapa universitaria, gracias por ofrecerme su cariño.

Me enorgullece reconocer la disciplina y perseverancia que mantuve a lo largo de esta etapa, elementos clave que me permitieron alcanzar este logro. Finalmente, gracias a todas y cada una de las personas que forman parte de la comunidad universitaria por brindar un espacio de respeto y consideración favoreciendo la convivencia.

RESUMEN

La presente investigación exploró la relación entre la percepción de bienestar y la soledad en estudiantes universitarios de Tungurahua, abordando aspectos emocionales y sociales que impactan su calidad de vida. Para su realización se consideró un enfoque cuantitativo y un diseño correlacional de corte transversal, se aplicaron instrumentos psicométricos validados, como la Escala de Soledad de UCLA, la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), la Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS) y la Escala de Bienestar Psicológico (Ryff).

La muestra incluyó a 580 estudiantes de universidades públicas y privadas de la provincia de Tungurahua, seleccionados mediante muestreo aleatorio estratificado. Los resultados mostraron que los estudiantes reportaron niveles altos de soledad (promedio: 54.08) y moderados de satisfacción con la vida (promedio: 22.88). El afecto positivo obtuvo un promedio de 29.61, mientras que la autonomía fue baja (promedio: 11.53). El análisis correlacional indicó que la satisfacción con la vida se relacionó moderadamente con el afecto positivo ($r = 0.31$, $p < 0.01$) y débilmente con la autonomía ($r = 0.14$, $p < 0.01$) y el afecto negativo ($r = -0.17$, $p < 0.01$).

Se concluye que es esencial implementar programas integrales que fortalezcan las redes de apoyo social, promuevan habilidades de regulación emocional y fomenten la autonomía en los estudiantes. Asimismo, se recomienda profundizar en investigaciones futuras que consideren factores contextuales e individuales para diseñar intervenciones más efectivas.

Palabras clave: soledad emocional, bienestar subjetivo, afecto positivo y negativo, bienestar psicológico.

ABSTRACT

The present study explored the relationship between perceived well-being and loneliness among university students in Tungurahua, addressing emotional and social aspects that impact their quality of life. A quantitative approach and a cross-sectional correlational design were used, applying validated psychometric instruments such as the UCLA Loneliness Scale, the Satisfaction with Life Scale (SWLS), the Positive and Negative Affect Scale (PANAS), and the Psychological Well-Being Scale (Ryff).

The sample included 580 students from public and private universities in the province of Tungurahua, selected through stratified random sampling. The results showed that students reported high levels of loneliness (mean: 54.08) and moderate levels of life satisfaction (mean: 22.88). Positive affect had a mean score of 29.61, while autonomy was low (mean: 11.53). The correlational analysis indicated that life satisfaction was moderately related to positive affect ($r = 0.31$, $p < 0.01$) and weakly associated with autonomy ($r = 0.14$, $p < 0.01$) and negative affect ($r = -0.17$, $p < 0.01$).

It is concluded that it is essential to implement comprehensive programs that strengthen social support networks, promote emotional regulation skills, and foster autonomy among students. Furthermore, future research should delve deeper into contextual and individual factors to design more effective interventions.

Keywords: *emotional loneliness, subjective well-being, positive and negative affect, psychological well-being.*

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD	ii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO.....	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA	7
1.1. Conceptualización del bienestar.....	7
1.2. Conceptualización de la soledad.....	15
CAPÍTULO II DISEÑO METODOLÓGICO	28
2.1. Paradigma y diseño de investigación	28
2.2. Técnicas e instrumentos.....	29
2.3. Población, muestra y muestreo	37
2.4. Procedimiento	40
CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	43
3.1. Información académica	43
3.2. Resultados socio demográficos.....	44
3.3. Test de satisfacción con la vida.....	52
3.4. Resultado del Test PANAS	53
CONCLUSIONES.....	65
RECOMENDACIONES	68
BIBLIOGRAFÍA	69
ANEXOS	82

INTRODUCCIÓN

La temática de la percepción de bienestar y soledad en estudiantes universitarios ha cobrado una relevancia significativa en la literatura científica tanto a nivel internacional como en el contexto ecuatoriano. Esta creciente atención responde a los múltiples desafíos que enfrentan los estudiantes, derivados de las presiones académicas, los cambios en las dinámicas sociales y la necesidad de adaptación a nuevos entornos educativos (Daudpota, 2021). A lo largo de los últimos años, diversos estudios han documentado cómo estos factores afectan la salud mental y el bienestar de los estudiantes, y cómo intervienen en su rendimiento académico y desarrollo personal.

A nivel internacional, Cassaretto, Martínez y Tavera (2020) subrayan la importancia de las variables sociodemográficas y académicas en la percepción de bienestar. En su investigación, los autores destacan cómo los factores relacionados con el contexto socioeconómico, las expectativas familiares y las demandas académicas pueden afectar la calidad de vida de los estudiantes. Según su estudio, los estudiantes que enfrentan mayores presiones académicas tienden a experimentar niveles más bajos de bienestar, especialmente aquellos que deben conciliar estudios con trabajos a tiempo parcial o responsabilidades familiares. Además, los factores sociodemográficos, como el acceso a recursos económicos y el apoyo familiar, también juegan un papel fundamental en la manera en que los estudiantes perciben su bienestar general.

Por otro lado, Bojórquez, Quintana y Coronado (2020) exploran la relación entre la soledad y la ideación suicida en jóvenes universitarios, resaltando cómo la soledad no solo afecta el bienestar general, sino que también constituye un factor de riesgo significativo para la salud mental. Según su investigación, los estudiantes que reportan altos niveles de soledad son más propensos a desarrollar ideación suicida y otros trastornos emocionales. Este estudio es particularmente relevante en el contexto universitario, donde muchos jóvenes se enfrentan por primera vez a la experiencia de vivir solos, alejados de su red de apoyo social habitual, lo que puede agravar la percepción de soledad y sus consecuencias psicológicas.

A nivel nacional, Torres, Moreta, Ramos y López (2020) han hecho una importante contribución al estudiar la relación entre los sesgos cognitivos y la percepción de

bienestar en los estudiantes universitarios de Ecuador. Estos autores encontraron que los estudiantes que tienen una visión más optimista de su situación académica y personal tienden a reportar una mayor percepción de bienestar, en comparación con aquellos que poseen sesgos cognitivos negativos. Este hallazgo subraya la importancia de las intervenciones psicológicas que fomenten el optimismo y las habilidades de afrontamiento, para mejorar tanto el bienestar como el rendimiento académico de los estudiantes ecuatorianos.

Otro estudio que merece atención es el de Vences, Márquez y Cardoso (2023), quienes investigaron el bienestar psicológico en estudiantes de nuevo ingreso en universidades ecuatorianas. Los resultados de este estudio sugieren que los estudiantes que recién ingresan a la universidad experimentan una disminución significativa en su bienestar, atribuida en gran medida a la transición académica y al estrés relacionado con el ajuste a nuevas demandas educativas y sociales. Este cambio abrupto de entorno puede intensificar las sensaciones de soledad y afectar negativamente su bienestar psicológico, lo que resalta la necesidad de programas de apoyo dirigidos específicamente a los estudiantes de primer año.

Asimismo, a nivel internacional, Chávez y Rodríguez (2020) realizaron un estudio que aborda la satisfacción familiar, la dependencia emocional y la soledad en estudiantes universitarios de Perú. Estos autores concluyeron que la dependencia emocional hacia los padres o figuras cercanas puede incrementar la vulnerabilidad a la soledad cuando los estudiantes se ven obligados a distanciarse físicamente de sus redes familiares, algo común durante la etapa universitaria. La satisfacción familiar, por otro lado, parece actuar como un amortiguador frente a los efectos negativos de la soledad, lo que sugiere que mantener relaciones familiares saludables y cercanas es un factor protector importante contra el aislamiento emocional.

En este contexto, se puede observar cómo tanto los estudios nacionales como los internacionales coinciden en la relevancia de los factores psicosociales y académicos en la percepción de bienestar y soledad en los estudiantes universitarios.

La situación problemática de este trabajo se centra en la probable interacción entre la percepción de bienestar y la soledad en los estudiantes universitarios, dos variables que han mostrado tener una relación inversa significativa en investigaciones previas. Por ejemplo, los estudios realizados a nivel internacional han identificado que un aumento en los niveles de soledad tiende a correlacionarse con una disminución en la percepción de bienestar, lo que a su vez afecta negativamente el rendimiento académico y las relaciones interpersonales de los estudiantes (Cassaretto, Martínez, y Tavera, 2020). Esta situación es particularmente relevante en el contexto universitario, donde las demandas académicas y la transición hacia la vida adulta pueden incrementar los sentimientos de aislamiento social, lo que conlleva una baja en el bienestar emocional y psicológico (Vences, Márquez, y Cardoso, 2023).

En el caso específico de la provincia de Tungurahua, Ecuador, los estudios sobre el impacto de la soledad en los estudiantes universitarios son escasos, lo que subraya la necesidad de realizar investigaciones en esta área. A nivel nacional, se ha identificado que los estudiantes universitarios enfrentan diversos desafíos en cuanto a su bienestar emocional y social, especialmente en contextos como la pandemia de COVID-19, que exacerbó los sentimientos de aislamiento. Torres y otros. (2020) sugieren que los sesgos cognitivos y las percepciones negativas sobre la realidad académica y personal pueden agravar aún más la soledad, afectando profundamente el bienestar subjetivo de los estudiantes ecuatorianos.

En este sentido, la soledad en los estudiantes universitarios de Tungurahua no solo está influenciada por factores personales, sino también por las dinámicas académicas y sociales que caracterizan a esta población. La presión académica, la falta de redes de apoyo social cercanas, y los problemas económicos son aspectos que, según estudios recientes, han contribuido al aumento de la soledad en jóvenes universitarios a nivel global y local (Chávez y Rodríguez, 2020). Esta situación se ve agravada en contextos donde el acceso a recursos psicosociales es limitado, lo que puede intensificar la percepción de soledad en los estudiantes que ya enfrentan dificultades de adaptación o que provienen de entornos socioeconómicos vulnerables.

Por lo tanto, el análisis de la relación entre la percepción de bienestar y la soledad en estudiantes de la provincia de Tungurahua requiere una atención especial a los factores contextuales y culturales que afectan a esta población. Los estudios realizados en otros contextos han mostrado que la soledad y la disminución del bienestar están estrechamente vinculadas a la calidad de las relaciones interpersonales y el apoyo social que reciben los estudiantes durante su vida universitaria (Bojórquez, Quintana y Coronado, 2020). En Ecuador, estas dinámicas se ven particularmente afectadas por la dispersión geográfica de las familias, las expectativas académicas, y la transición de la vida rural a la urbana, lo que puede dificultar la construcción de relaciones interpersonales significativas entre los estudiantes.

Dado que la investigación sobre esta problemática en la provincia de Tungurahua es limitada, surge una necesidad imperiosa de profundizar en el análisis de cómo los factores académicos, sociales y familiares influyen en la percepción de bienestar y en la experiencia de soledad de los estudiantes. Es crucial explorar si la soledad es percibida de manera diferente en comparación con otros contextos nacionales e internacionales y, a partir de ello, diseñar intervenciones que permitan mitigar sus efectos negativos. Este vacío en la literatura destaca la urgencia de realizar estudios que permitan no solo comprender la situación actual, sino también desarrollar estrategias para mejorar el bienestar de la población estudiantil en la región.

En consecuencia, el planteamiento del problema de esta investigación es el siguiente: ¿Existe una relación significativa entre la percepción de bienestar y la soledad en los estudiantes universitarios de la provincia Tungurahua?. Esta pregunta busca focalizar el análisis en una problemática concreta y necesaria de abordar, cuya respuesta podría proporcionar información valiosa para el diseño de intervenciones psicosociales dirigidas a promover el bienestar integral de los estudiantes universitarios de Tungurahua.

La hipótesis de esta investigación plantea que existe una relación inversa significativa entre la percepción de bienestar y la soledad en estudiantes universitarios de Tungurahua, lo que implica que, a mayor percepción de soledad, menor será la percepción de bienestar en esta población. Esta hipótesis busca

esclarecer la interacción entre ambas variables y orientar posibles intervenciones para mejorar el bienestar de los estudiantes.

El objetivo general de esta investigación es determinar la relación entre la percepción de bienestar y la soledad en estudiantes universitarios de Tungurahua. Dado que la literatura sugiere que estos dos factores están inversamente correlacionados, Esta comprensión permitirá a futuro generar estrategias y acciones que mejoren el bienestar psicológico y social en el entorno universitario.

La metodología de esta investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, utilizando un diseño correlacional y de corte transversal. Este enfoque permitió explorar la relación entre la percepción de bienestar y la soledad en estudiantes universitarios de Tungurahua. El diseño correlacional fue ideal para medir el grado de asociación entre ambas variables sin implicar causalidad directa. Además, al emplearse un corte transversal, los datos se recopilaron en un único momento del tiempo, lo que permitió obtener una visión representativa de la situación actual en la población objetivo. La muestra se seleccionó de manera aleatoria, garantizando su representatividad y abarcando a estudiantes de diversas carreras y niveles académicos en universidades de la provincia de Tungurahua.

La justificación de esta investigación reside en la necesidad de comprender y mejorar el bienestar de los estudiantes universitarios, una población que enfrenta vulnerabilidades significativas debido a las presiones académicas, los cambios en su entorno social y las elevadas expectativas personales. Los estudiantes universitarios son propensos a experimentar altos niveles de soledad, lo que puede afectar gravemente su salud mental, su rendimiento académico y su capacidad de adaptación. En este contexto, esta investigación no solo busca generar un aporte valioso a la literatura académica sobre salud mental en entornos educativos, sino también proporcionar información clave para el diseño de estrategias e intervenciones que mitiguen los efectos negativos de la soledad y promuevan el bienestar integral de los estudiantes.

Para la institución educativa, esta investigación es de vital importancia porque permitirá identificar las principales áreas de mejora en el apoyo a los estudiantes, brindando un conocimiento más profundo sobre cómo la soledad impacta en su bienestar y desarrollo. Los resultados de este estudio serán fundamentales para la

creación de programas institucionales de intervención, que promuevan un entorno más saludable, tanto a nivel académico como social, fomentando redes de apoyo que reduzcan la soledad y fortalezcan el bienestar emocional. Este enfoque no solo beneficiará a los estudiantes en su vida universitaria, sino que también contribuirá al prestigio y compromiso de la institución en garantizar una educación integral, centrada en la formación académica y el bienestar psicosocial de su alumnado.

CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA

1.1. Conceptualización del bienestar

Definición de bienestar

El bienestar se concibe como un constructo amplio que abarca tanto dimensiones objetivas como subjetivas, ambas fundamentales para comprender la calidad de vida de los individuos. El bienestar objetivo o material se refiere a las condiciones externas que pueden ser observadas y cuantificadas, tales como el nivel de ingresos, el estado de salud física o el acceso a recursos básicos. Estos factores representan los indicadores tangibles que afectan la percepción de satisfacción en la vida de las personas (Voukelatou y otros, 2020).

Por otro lado, el bienestar subjetivo engloba las experiencias y percepciones individuales sobre la satisfacción con la vida y los estados emocionales. Dentro de esta categoría, se distinguen el bienestar subjetivo en su sentido general y el bienestar psicológico. El bienestar subjetivo se asocia con la evaluación que una persona hace de su vida en términos de satisfacción, felicidad y balance emocional (Diener, Oishi y Tay, 2018).

En cambio, el bienestar psicológico se centra en aspectos como la autonomía, el sentido de propósito y la realización personal, representando una evaluación interna y profunda del bienestar humano. Este enfoque tiene sus raíces en el trabajo pionero de Marie Jahoda (1958), quien introdujo el concepto de salud mental positiva y planteó criterios como el crecimiento personal y la integración, proponiendo que el bienestar va más allá de la ausencia de enfermedad mental.

Más tarde, Carol Ryff (1989) sistematizó y expandió estos conceptos, creando un modelo estructurado de seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio ambiental, propósito en la vida y crecimiento personal, consolidando así un marco integral para el estudio del bienestar. La investigación reciente de Joshanloo (2019) respalda la importancia de estas dimensiones, demostrando que el bienestar psicológico proporciona una base más estable para la satisfacción vital en el tiempo y que es esencial para el desarrollo de una vida plena y equilibrada.

El bienestar subjetivo, según Diener (1984), se refiere a la forma en que las personas evalúan su vida en términos de satisfacción y emociones, abarcando tanto los aspectos cognitivos como emocionales. Este enfoque está centrado en una visión hedonista del bienestar, donde la felicidad y la satisfacción con la vida son los indicadores principales de una vida plena. Estudios recientes, como el de Joshanloo (2019), apoyan este enfoque, subrayando que la percepción de satisfacción y experiencias emocionales positivas constituyen elementos centrales en la evaluación del bienestar subjetivo, siendo esenciales para una vida equilibrada y satisfactoria.

Diener, Oishi y Tay (2018) postulan que el bienestar subjetivo se compone de dos componentes principales: el componente cognitivo, que comprende la satisfacción con la vida, y el componente emocional que a su vez se forma con el afecto positivo y el afecto negativo. La satisfacción con la vida implica un juicio cognitivo general sobre cuán satisfechas están las personas con su vida en su conjunto, mientras que el afecto positivo se refiere a la frecuencia con la que experimentan emociones agradables, y el afecto negativo a la frecuencia de emociones negativas (Jovanović y Joshanloo, 2021).

La teoría de Diener (1984) ha sido crucial para estudios que vinculan estos elementos con la resiliencia, el afrontamiento del estrés y la salud mental, demostrando que aquellos con niveles más altos de satisfacción con la vida tienden a ser más capaces de adaptarse a situaciones de adversidad. (Kong, Ma, You y Xiang, 2018). Recientemente, estudios como el de Savchenko y Kaliuk (2022) han confirmado que el bienestar subjetivo es un predictor clave de la adaptación a situaciones sociales complejas, como las que implican incertidumbre y relaciones sociales cambiantes.

Por otro lado, el enfoque de bienestar psicológico de Ryff (1989) introduce una visión más eudaimónica del bienestar, enfocada en el desarrollo personal y el funcionamiento óptimo de las personas. Ryff (1989) argumenta que el bienestar no solo implica la ausencia de malestar, sino la realización plena de las potencialidades humanas. En este sentido, su modelo propone seis dimensiones que capturan el espectro completo del bienestar psicológico: autoaceptación,

relaciones positivas con los demás, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Cada una de estas dimensiones juega un rol fundamental en la forma en que las personas se desarrollan y enfrentan los desafíos de su existencia (Ryff & Singer, 2008).

La autoaceptación implica la capacidad de verse a uno mismo de manera positiva, reconociendo tanto las fortalezas como las debilidades personales, lo que Ryff considera central para el bienestar psicológico (Manchiraiu, 2020). Las relaciones positivas se refieren a la capacidad de mantener vínculos afectuosos y de apoyo, lo cual es esencial para una vida social plena, tal como lo demuestran estudios que destacan la interdependencia entre el bienestar social y emocional en el modelo de Ryff (Cortés y otros, 2023). La autonomía permite a las personas mantener independencia en sus decisiones, incluso frente a presiones sociales, y el dominio del entorno refleja la habilidad para manejar efectivamente las demandas de la vida cotidiana (De Juanes, Romero y Goig, 2020).

Además, el propósito en la vida ofrece un sentido de dirección y metas claras, mientras que el crecimiento personal subraya la importancia de sentirse en constante desarrollo y autorrealización. Ryff (1989) sostiene que estas dimensiones no solo son componentes fundamentales del bienestar, sino que también son interdependientes. En investigaciones recientes, se observa que estas dimensiones están diseñadas para promover un bienestar sostenible y robusto, con autoaceptación y propósito en la vida como pilares de estabilidad, especialmente en momentos de crisis y cambios profundos (Blasco y Alsinet, 2022; García, Martínez, Campos y Arroyo, 2020).

Los dos modelos representan enfoques esenciales y complementarios en la comprensión del bienestar humano. El bienestar subjetivo, que incluye satisfacción con la vida y el afecto positivo, se enfoca en las percepciones inmediatas de felicidad y satisfacción personal, mientras que el bienestar psicológico, según el modelo de Ryff (1989), incorpora dimensiones como la autoaceptación, autonomía, y propósito en la vida, aspectos que promueven una estabilidad emocional y funcional en el largo plazo. Moreta y otros (2018) resaltan cómo el bienestar subjetivo y psicológico predicen significativamente la salud mental, destacando que

ambos tipos de bienestar contribuyen a una perspectiva holística de la salud y que sus interacciones complejas son clave en contextos de estudiantes universitarios. Este enfoque integral sugiere que no solo la satisfacción con la vida es importante, sino que también lo es el crecimiento personal y la autorrealización, que, combinados, proporcionan un bienestar robusto y una mayor resiliencia ante los desafíos.

En términos de aplicabilidad, estudios longitudinales como el de Joshanloo (2019) han demostrado que el bienestar psicológico tiende a tener un impacto más duradero y firme en la vida de las personas, especialmente en lo que respecta a la construcción de una vida significativa y resiliente a largo plazo. Por otro lado, el bienestar subjetivo, aunque crucial para entender las fluctuaciones emocionales y la satisfacción de vida a corto plazo, puede no ofrecer la misma profundidad en términos de desarrollo a largo plazo y enfrentamiento de crisis personales. Como explica Fan (2020), el bienestar subjetivo se centra en la satisfacción inmediata y en las evaluaciones emocionales positivas, pero puede carecer de la estabilidad y resiliencia necesarias para enfrentar cambios profundos o situaciones de adversidad.

Dimensiones del bienestar

El bienestar de los estudiantes universitarios puede desglosarse en diferentes dimensiones que afectan tanto su salud mental como su rendimiento académico. Entre las dimensiones más influyentes están el bienestar emocional, social, físico, material, perceptual y académico. Estas dimensiones no solo impactan de manera individual, sino que interactúan entre sí, formando un entramado complejo que determina el nivel de bienestar general de los estudiantes (Chow, 2020).

El bienestar emocional es una de las dimensiones más estudiadas en el contexto universitario, y se refiere a la capacidad de los estudiantes para gestionar sus emociones, enfrentar el estrés y mantener un equilibrio emocional saludable. Las investigaciones resaltan que un manejo adecuado de las emociones y la regulación emocional fortalecen el bienestar general de los estudiantes, lo cual impacta de forma positiva en su rendimiento y adaptación a situaciones de estrés (Extremera y Rey, 2020).

Durante la etapa universitaria, los estudiantes experimentan grandes cambios y desafíos emocionales, lo que puede provocar altos niveles de ansiedad y depresión (Awadalla, Davies, y Glazebrook, 2020). Estudios recientes han demostrado que los niveles altos de inteligencia emocional y autoevaluación emocional están positivamente correlacionados con un mayor bienestar emocional, lo que a su vez mejora el rendimiento académico y reduce las conductas de riesgo como el abuso de sustancias y el comportamiento agresivo (Toscano, Ruiz, Fagundo, Gómez, y García, 2020). Por tanto, promover la educación emocional y habilidades de regulación emocional en los estudiantes universitarios es clave para mejorar su bienestar global.

El bienestar social, por su parte, está vinculado a la calidad de las relaciones interpersonales que los estudiantes desarrollan en la universidad, incluyendo amistades y redes de apoyo social. Las investigaciones han demostrado que los estudiantes que cuentan con redes sociales de apoyo sólidas tienden a experimentar menos estrés académico y mayor satisfacción con su vida universitaria.

Las relaciones interpersonales mencionadas, no solo brindan un apoyo emocional importante, sino que también favorecen un mejor rendimiento académico y una adaptación más positiva al entorno universitario (Sapmaz, 2023). Además, los estudiantes que perciben un alto nivel de apoyo social tienen menos probabilidades de experimentar problemas de salud mental, como depresión y ansiedad, y presentan una mejor calidad de vida general (Alsubaie y otros 2019). En este sentido, el bienestar social no puede considerarse aislado del bienestar emocional, ambos se influyen mutuamente (Cobo, López, Pérez, y Díaz, 2020).

El bienestar físico también juega un papel fundamental en el rendimiento académico y la salud mental de los estudiantes. El mantenimiento de una buena salud a través de la actividad física regular y hábitos saludables ha sido vinculado con un menor riesgo de enfermedades mentales como la ansiedad y la depresión. Según los hallazgos de Ubago y otros (2021), los estudiantes que practican ejercicio físico regular tienden a mostrar mayores niveles de bienestar emocional y menos conductas agresivas, lo que les permite adaptarse mejor al entorno

académico y social. La actividad física no solo mejora el bienestar físico, sino que también potencia la inteligencia emocional, una habilidad clave para enfrentar los desafíos emocionales y académicos.

El bienestar material se refiere a los recursos tangibles y financieros que los estudiantes tienen a su disposición, lo cual puede afectar su capacidad para dedicarse plenamente a sus estudios y reducir el estrés financiero. En algunos estudios, como el de Lozano, Rodríguez, Pacheco y Recéndez (2019), se ha demostrado que los estudiantes con acceso a mejores recursos materiales tienden a experimentar menores niveles de estrés y mayor satisfacción general, lo cual apoya un ambiente más favorable para el aprendizaje y el desarrollo personal. Esta dimensión es particularmente relevante en el contexto universitario, donde el acceso limitado a recursos puede afectar negativamente el rendimiento académico y la salud mental de los estudiantes.

El bienestar perceptual, o la satisfacción de los estudiantes con la calidad de los servicios y experiencias en su entorno educativo, también es un aspecto clave del bienestar subjetivo y académico. La percepción de un entorno universitario de alta calidad motiva a los estudiantes y refuerza su sentido de pertenencia, aspectos que contribuyen a su bienestar general. Según Putri y Lutfianawati (2023), los estudiantes que perciben un alto nivel de calidad en los servicios educativos reportan mayores niveles de satisfacción y compromiso, lo cual fomenta su bienestar y reduce la posibilidad de abandono escolar. Este bienestar perceptual no solo facilita el éxito académico, sino que también fortalece las relaciones entre estudiantes y la institución educativa, promoviendo un entorno de apoyo integral.

El bienestar académico se refiere a la percepción que los estudiantes tienen de su desempeño y su satisfacción con sus logros académicos. Esta dimensión se ve afectada por factores como la autoeficacia académica, el manejo del estrés académico y las expectativas personales en cuanto a los resultados educativos. En tiempos recientes, estudios como el de García, Hernández y Cobo (2021) durante la pandemia de COVID-19 han demostrado que la autoeficacia académica y la inteligencia emocional son predictores significativos de bienestar académico, los estudiantes que creen en su capacidad para enfrentar desafíos académicos tienden

a tener un mayor bienestar general. Esto pone de relieve la necesidad de implementar programas que refuercen las competencias académicas y emocionales para mejorar el bienestar integral de los estudiantes.

Bienestar en el contexto universitario

El bienestar en el contexto universitario está profundamente influenciado por una serie de factores específicos que afectan la vida diaria de los estudiantes. Entre estos factores se encuentran la presión académica (Omar y otros, 2020), las relaciones sociales (Alsubaie, Stain, Webster, y Wadman, 2019) y el entorno universitario (Ekormes, 2021), que juntos desempeñan un papel determinante en la percepción del bienestar de los estudiantes y en su rendimiento académico.

Uno de los principales factores que afectan el bienestar de los estudiantes universitarios es la presión académica. Esta presión puede surgir de diversas fuentes, incluyendo la carga de trabajo, las expectativas personales y las demandas de los profesores, y a menudo resulta en altos niveles de estrés (Yang y Yang, 2022). El esfuerzo constante por alcanzar buenos resultados académicos puede llevar a problemas emocionales como la ansiedad y la depresión (Awadalla, Davies, y Glazebrook, 2020).

Un estudio realizado por Omar y otros (2020) en estudiantes de la Universiti Teknologi Malaysia encontró que aquellos que reportaban altos niveles de estrés académico eran más propensos a sufrir de problemas emocionales como pensamientos suicidas, adicción a sustancias y depresión. La presión derivada de exámenes, tareas y la competencia entre compañeros aumenta esta sensación de agobio en muchos estudiantes, resaltando la necesidad de abordar estos factores para mejorar el bienestar académico de la población universitaria. Adicionalmente, Li, Zhang y Sun (2022) enfatizan que el apoyo social puede actuar como un amortiguador ante estas presiones, los estudiantes con un alto nivel de apoyo social presentaban menores síntomas de ansiedad y depresión al enfrentar los retos académicos. La presión derivada de exámenes, tareas y la competencia entre compañeros contribuye a la sensación de agobio que experimentan muchos estudiantes.

Por otro lado, las relaciones sociales son un factor clave para el bienestar de los estudiantes (Ekormes, 2021). Tener una red de apoyo social sólida, ya sea a través de amigos, familiares o compañeros de clase, puede mitigar los efectos negativos del estrés académico y promover un mejor estado emocional. Investigaciones han demostrado que el apoyo social reduce significativamente los niveles de depresión y mejora la calidad de vida de los estudiantes universitarios.

En el trabajo de investigación realizado por Alsubaie, Stain, Webster y Wadman (2019) se encontró que los estudiantes que percibían un mayor apoyo social, tanto de familiares como de amigos, presentaban menores síntomas de depresión y una mejor percepción de su calidad de vida. Esto subraya la importancia de construir y mantener relaciones interpersonales positivas durante la universidad, el apoyo social actúa como un mecanismo de protección ante los desafíos emocionales del entorno académico.

El entorno universitario en sí mismo también es un factor que influye en el bienestar de los estudiantes. Este entorno incluye no solo el ambiente físico, sino también el ambiente social y académico en el que los estudiantes se desarrollan. Las interacciones con los compañeros de residencia, los profesores y el personal administrativo pueden tener tanto un impacto positivo como negativo en el bienestar (Laurent y otros, 2019).

En este contexto Foulkes, Redyy, Westbrook, Newbronner y McMillan (2021) destacaron que las relaciones con los compañeros de residencia pueden ser una fuente significativa de apoyo emocional y práctico para los estudiantes, pero también pueden causar conflictos y sentimientos de aislamiento si no son satisfactorias. Ekornes (2021), por su parte, señala que aquellos estudiantes que experimentan un entorno de apoyo en su institución educativa tienden a mostrar una mayor satisfacción y menores índices de abandono académico. Por lo tanto, la calidad de las interacciones sociales dentro del entorno universitario puede determinar si un estudiante se siente apoyado o marginado.

Además, la percepción del apoyo social puede variar significativamente entre los estudiantes en función de factores como el género, el estado civil o la modalidad de estudio (Cobo y otros, 2020). Un estudio realizado por Sedlakova y Křeménková

(2019) analizó cómo los estudiantes de tiempo completo y de tiempo parcial, así como los estudiantes con necesidades especiales, percibían el apoyo social.

Los resultados mostraron que las mujeres y los estudiantes de tiempo completo percibían un mayor apoyo social en comparación con los hombres y los estudiantes de tiempo parcial, lo que sugiere que ciertos grupos de estudiantes pueden estar más predispuestos a experimentar niveles más altos de bienestar en función de las dinámicas de apoyo que reciben. Esto apunta a la necesidad de considerar las características demográficas y personales al analizar el bienestar estudiantil, el apoyo percibido puede variar de acuerdo a estos factores.

El bienestar en el contexto universitario está moldeado por una interacción compleja entre la presión académica, las relaciones sociales y el entorno universitario. Los estudiantes que logran desarrollar redes de apoyo social sólidas y que cuentan con un entorno académico que fomente el bienestar emocional tienden a experimentar menores niveles de estrés y mayor satisfacción con su vida universitaria. Smith (2019) subraya la importancia de abordar factores como la carga de trabajo y las interacciones sociales en el estudio del bienestar, destacando que estos elementos son fundamentales para la resiliencia académica y la salud psicológica de los estudiantes. Para mejorar el bienestar general de los estudiantes, es fundamental que las instituciones educativas promuevan un ambiente de apoyo social y académico, y proporcionen recursos adecuados para que los estudiantes puedan gestionar la presión académica de manera efectiva.

1.2. Conceptualización de la soledad

Definición de soledad

La soledad es un fenómeno complejo que afecta de manera significativa a los estudiantes universitarios y se manifiesta principalmente en dos formas: soledad emocional y soledad social, ambas con efectos diferenciados sobre la salud mental y el bienestar. La soledad emocional se refiere a la ausencia de relaciones afectivas cercanas que brinden un apoyo significativo (Ghiggia, Castelli, Adenzato, y Di Tella, 2023) . En el contexto universitario, la transición hacia un nuevo entorno académico, alejado de la familia y de redes sociales previas, puede aumentar esta forma de

soledad, especialmente si no se logran establecer nuevas relaciones significativas. Según un estudio reciente, la soledad emocional está estrechamente relacionada con menores niveles de satisfacción vital y mayores problemas de salud mental, como depresión y ansiedad, entre los estudiantes universitarios (Jaud, Görig, Konkel, y Diehl, 2023).

Diversas investigaciones han mostrado que la soledad emocional puede tener consecuencias devastadoras para la salud mental de los estudiantes, incrementando los síntomas de depresión y afectando negativamente su bienestar general. En un estudio de Özdoğan (2021), se encontró una fuerte correlación entre la soledad emocional y el bienestar subjetivo, con los estudiantes que se sienten emocionalmente aislados reportando niveles significativamente más bajos de satisfacción con la vida. Estos hallazgos subrayan la importancia de fortalecer las relaciones interpersonales cercanas para mitigar los efectos negativos de la soledad emocional.

Por otro lado, la soledad social se refiere a la falta de una red social amplia y significativa. A diferencia de la soledad emocional, que está relacionada con la calidad de las relaciones, la soledad social se centra más en la cantidad de interacciones sociales. En el contexto universitario, los estudiantes que no logran integrarse socialmente, ya sea debido a la falta de participación en actividades extracurriculares o a la incapacidad de formar conexiones con compañeros de clase, experimentan altos niveles de soledad social. Al respecto, Ousman y Nazir (2023) subrayan la importancia de que las instituciones promuevan actividades sociales que ayuden a los estudiantes a integrarse y reducir la soledad, sugiriendo que una mayor participación en estas actividades puede mitigar la soledad social y mejorar la satisfacción general con la vida universitaria.

Este tipo de soledad puede no ser tan intenso emocionalmente como la soledad emocional, pero puede contribuir a la sensación de desconexión y a la insatisfacción con la experiencia universitaria (Santini y otros, 2021). Un estudio realizado por Limarutti, Maier y Mir (2021) destaca que esta forma de soledad es especialmente prevalente entre los estudiantes de tiempo parcial y los hombres,

quienes suelen experimentar una menor cohesión con el entorno universitario y enfrentan un mayor riesgo de baja satisfacción con la vida.

Ambas formas de soledad pueden tener efectos devastadores en la salud mental de los estudiantes. La soledad emocional, al centrarse en la falta de relaciones íntimas, se asocia más fuertemente con problemas graves como la depresión profunda y la angustia emocional, mientras que la soledad social se vincula más comúnmente con el estrés social y la falta de integración en el entorno académico. Özdoğan (2021) resaltó que la soledad, tanto social como emocional, afecta directamente el bienestar subjetivo de los estudiantes a través de la falta de sentido y propósito en la vida. Los estudiantes que no encuentran significado en sus relaciones sociales y personales tienden a experimentar niveles más bajos de bienestar general, lo que agrava sus síntomas de soledad.

La percepción de apoyo social y su impacto en el bienestar mental y emocional es especialmente significativa en los estudiantes universitarios, quienes se encuentran en una etapa de transición que puede intensificar sentimientos de soledad y desconexión. Recientes investigaciones destacan la efectividad de diversas intervenciones en el ámbito universitario que buscan reducir la soledad y fomentar el bienestar a través del fortalecimiento de la conexión social y la resiliencia emocional. Ellard y otros. (2022) observaron que los programas que promueven la interacción social y las habilidades de reflexión personal son efectivos en reducir los índices de soledad entre los estudiantes, sugiriendo que aquellos con un soporte social sólido experimentan menos síntomas de ansiedad y depresión, mejorando así su adaptación al contexto académico (Ellard, Dennison, y Tuomainen, 2022).

En este sentido, es importante destacar que, aunque la soledad social puede abordarse mediante la creación de oportunidades para aumentar la cantidad de interacciones sociales, la soledad emocional requiere una atención más profunda, enfocada en la construcción de relaciones de apoyo emocional significativas. En el contexto universitario, los programas de intervención que buscan reducir la soledad deben considerar ambos tipos de soledad y proporcionar herramientas psicoeducativas que permitan a los estudiantes no solo ampliar sus redes sociales,

sino también desarrollar relaciones cercanas y significativas que mejoren su bienestar emocional.

Impacto de la soledad en la salud mental

La soledad tiene un impacto significativo en la salud mental de los estudiantes universitarios, manifestándose principalmente en problemas como la depresión y la ansiedad. Diversos estudios han analizado cómo la soledad afecta a esta población y cómo estas afecciones se ven exacerbadas por factores contextuales, como el entorno académico y las dinámicas sociales de los estudiantes (Vasileiou y otros, 2019; Moeller y Seehuus, 2019; Wenig y otros, 2023; El-Monshed, El-Adl, Ali, y Loutfy, 2021).

En primer lugar, la soledad está fuertemente correlacionada con el aumento de síntomas depresivos. Según Moeller y Seehuus (2019), la soledad actúa como un mediador entre la falta de habilidades sociales y la aparición de síntomas de depresión y ansiedad entre los estudiantes. La investigación reveló que las deficiencias en las habilidades verbales para expresar y comprender emociones se traducían en una mayor sensación de soledad, lo que incrementaba las probabilidades de desarrollar problemas de salud mental como la depresión. En concreto, la soledad explicó entre el 37% y el 38% de la variabilidad en los niveles de depresión en la muestra estudiada.

Además, la ansiedad es otra afección mental comúnmente asociada con la soledad. Durante la pandemia de COVID-19, se observó un aumento significativo en los niveles de ansiedad entre los estudiantes que experimentaban soledad. Wenig y otros. (2023) encontraron que los estudiantes que reportaban síntomas de depresión o ansiedad tenían seis a ocho veces más probabilidades de sentir soledad en comparación con aquellos que no experimentaban estos síntomas. Esto sugiere que la soledad no solo es un factor de riesgo, sino también un elemento amplificador de la ansiedad, agravando los efectos negativos sobre la salud mental de los estudiantes.

En términos más amplios, la soledad se ha identificado como un factor determinante en el deterioro de la salud mental durante situaciones de aislamiento social, como

el confinamiento provocado por la pandemia (El-Monshed, El-Adl, Ali y Loutfy, 2021). En este contexto Werner y otros. (2021) reportaron un aumento notable en los niveles de depresión y ansiedad entre los estudiantes universitarios alemanes durante el confinamiento, destacando que la soledad y el estrés relacionado con la pandemia eran los principales predictores de estos problemas de salud mental. El estudio indicó que la soledad, combinada con el estrés por el aislamiento, condujo a una mayor prevalencia de síntomas depresivos y ansiosos entre los estudiantes.

Es importante destacar que los efectos psicológicos de la soledad no se limitan a la depresión y la ansiedad. Krendl (2021) encontró que, aunque el estrés desempeñaba un papel fundamental en el empeoramiento de los problemas de salud mental, la soledad contribuía indirectamente al aumento de los síntomas de depresión. Esto sugiere que la soledad y el estrés están intrínsecamente ligados, y ambos deben abordarse de manera simultánea para mejorar la salud mental de los estudiantes universitarios.

Soledad: constructo biopsicosocial

La soledad desde una perspectiva biopsicosocial se entiende como un constructo que integra factores biológicos, psicológicos y sociales para explicar su manifestación y efectos en los estudiantes universitarios (Wenig y otros 2023) Este enfoque permite una comprensión más holística, donde cada uno de estos factores interactúa para influir en la experiencia de soledad.

Desde el punto de vista biológico, la soledad está relacionada con respuestas fisiológicas al estrés. La percepción prolongada de soledad puede desencadenar reacciones en el sistema nervioso que incrementan la producción de cortisol, una hormona asociada al estrés (Leigh y otros, 2017). Investigaciones como la de Limarruti y otros. (2021) sugieren que los estudiantes que experimentan soledad moderada o severa muestran respuestas biológicas más pronunciadas al estrés académico, lo que indica un vínculo directo entre la soledad y los efectos fisiológicos adversos. Este tipo de estrés biológico aumenta el riesgo de padecer enfermedades mentales y físicas, incluyendo depresión y trastornos cardiovasculares, lo que resalta la importancia de abordar la soledad no solo desde

un punto de vista psicológico o social, sino también desde una perspectiva biológica (Arslan y Coşkun, 2022).

En el ámbito psicológico, la soledad afecta profundamente la autoestima y el bienestar emocional. Los estudiantes que experimentan soledad tienden a tener una autoestima más baja y mayores niveles de ansiedad y depresión. Çiçek (2021) destaca que la soledad tiene una influencia negativa significativa en la autoestima y en el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios, sugiriendo que los estudiantes con niveles altos de soledad son más propensos a experimentar dificultades emocionales y psicológicas. En este contexto, la autoestima actúa como un mediador clave entre la soledad y el bienestar subjetivo, lo que indica que aquellos estudiantes que logran mantener una autoestima más elevada tienden a experimentar menores efectos negativos de la soledad.

El componente social también juega un rol central en la manifestación de la soledad. La falta de redes de apoyo social es uno de los principales predictores de la soledad en los estudiantes universitarios. Nazzari, Cruz y Neto (2020) encontraron que los estudiantes que perciben menos apoyo social de sus amigos, familiares o personas significativas tienden a reportar mayores niveles de soledad. Esto sugiere que las relaciones interpersonales deficientes pueden exacerbar la soledad, lo que a su vez incrementa la vulnerabilidad a problemas psicológicos. Además, se observó que los hombres y los estudiantes de tiempo parcial tienden a experimentar más soledad social que las mujeres y los estudiantes de tiempo completo, lo que pone de manifiesto la importancia de las diferencias contextuales en la forma en que se experimenta la soledad (Limarruti, Maier y Mir, 2021).

Relación entre bienestar y soledad

Desde un punto de vista general, la relación entre bienestar y soledad abarca múltiples dimensiones que incluyen aspectos emocionales, físicos y sociales. La soledad, entendida no solo como aislamiento físico sino como una percepción subjetiva de desconexión, ha mostrado tener efectos profundos en la salud mental y física (Ferreira, Matos, Cardoso, Coimbra y Oliveira, 2021).

Estudios han evidenciado que el bienestar se ve afectado negativamente cuando los individuos experimentan soledad prolongada, dado que esta activa respuesta de estrés crónico en el cuerpo que pueden debilitar el sistema inmunológico y aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares y trastornos de ansiedad y depresión (Quadt, Espósito, Critcheley, y Garfinkel, 2020).

A nivel psicológico, la percepción de soledad afecta el sentido de propósito y satisfacción personal, generando una disminución en el bienestar subjetivo que puede tener repercusiones en la calidad de vida general (Seemann, 2022). Desde una perspectiva ecológica, la interacción social y el apoyo de la comunidad son fundamentales para mitigar estos efectos, los vínculos sociales y la participación en actividades comunitarias fortalecen el bienestar y reducen la percepción de soledad, generando un círculo positivo de integración social y satisfacción personal (Goodfellow y otros. 2022).

Concepciones de la relación entre bienestar y soledad en estudiantes universitarios

La interacción entre bienestar y soledad en estudiantes universitarios cobra relevancia al observar cómo los entornos específicos y los factores sociales pueden profundizar la percepción de aislamiento en ciertos contextos. Los entornos con fuertes expectativas académicas y sociales generan presiones añadidas que afectan la salud emocional de los estudiantes, en particular cuando los recursos de apoyo social no son suficientes para compensar el estrés y la soledad (Limarruti, Maier y Mir, 2021). En contextos donde las redes de apoyo son limitadas o insuficientemente activas, la soledad se vuelve un factor que agrava los problemas de bienestar, lo que sugiere que los estudiantes requieren tanto herramientas de afrontamiento como acceso a relaciones de apoyo significativas (Ellard, Dennison, y Tuomainen, 2022).

Alsubaie y otros. (2019) destacan que el apoyo social de familiares y amigos es un factor determinante en la reducción de síntomas depresivos y en la mejora de la calidad de vida de los estudiantes, resaltando que aquellos con una percepción de apoyo social adecuada presentan menores niveles de soledad. Esta observación subraya la necesidad de generar espacios en los que los estudiantes puedan

establecer relaciones interpersonales sólidas, dado que estas actúan como un amortiguador contra el impacto negativo de la soledad en el bienestar psicológico.

Desde una perspectiva psicológica, Nazzari, Cruz y Neto (2020) plantean que la percepción de apoyo no solo reduce la sensación de soledad, sino que también mejora el bienestar emocional general, lo cual es particularmente relevante en entornos donde la competitividad académica y la separación familiar pueden intensificar la experiencia de soledad. Según los autores, aquellos estudiantes que perciben una falta de respaldo en sus relaciones sociales presentan mayores problemas de salud mental y bienestar, lo que sugiere la importancia de intervenciones que fortalezcan el sentido de pertenencia y la cohesión social en el ámbito universitario.

Por otra parte, Indra, Yusuf y Haddiyanti (2021) analizan cómo la inflexibilidad psicológica puede incrementar la vulnerabilidad ante el estrés y la soledad en situaciones de alta presión. Los estudiantes que no logran adaptarse eficazmente a las demandas del entorno académico son más propensos a desarrollar estrategias de afrontamiento evitativas, lo cual amplifica la percepción de soledad y reduce el bienestar emocional. Esto evidencia que, en contextos donde las presiones académicas y sociales son constantes, es crucial desarrollar la flexibilidad emocional como medio para mitigar los efectos negativos de la soledad.

Relación entre bienestar y soledad en estudiantes universitarios en contextos internacionales

La relación entre bienestar y soledad en estudiantes universitarios es un fenómeno influido por la diversidad cultural, y su análisis en contextos internacionales revela la importancia de factores culturales específicos en cómo los estudiantes experimentan y afrontan la soledad. En culturas donde la cohesión social y la colectividad son primordiales, los estudiantes enfrentan un desafío adicional al adaptarse a entornos de menor apoyo social. La soledad en estos contextos puede impactar gravemente el bienestar emocional y psicológico, sugiriendo que las respuestas y recursos institucionales deben adaptarse a las características culturales de cada población estudiantil.

Un estudio realizado en el Reino Unido por O'Dea y Stern (2022) mostró que los estudiantes internacionales, especialmente aquellos que provienen de culturas más colectivistas, experimentan niveles elevados de soledad debido a la falta de integración cultural. La adaptación cultural en un entorno diferente intensifica el sentimiento de soledad y afecta su capacidad para establecer conexiones significativas, lo que a su vez disminuye el bienestar general.

Por otro lado, Nakao (2021) investigó en Japón cómo los factores de apego emocional influían en la salud mental de los estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19. Los resultados demostraron que los estudiantes con una mayor ansiedad por apego experimentaron una mayor vulnerabilidad a la soledad, que a su vez perjudicó su bienestar mental. Esto destaca la importancia de la estabilidad emocional y de apoyo en culturas donde los vínculos familiares y el sentido de pertenencia juegan un rol significativo en el bienestar individual.

En Estados Unidos, donde predomina una cultura de autosuficiencia e independencia, los estudiantes tienden a experimentar la soledad de una forma que puede estar más vinculada a la presión académica y el sentido de logro individual. Esta presión para alcanzar la independencia personal puede llevar a una percepción de aislamiento cuando los estudiantes no logran integrarse socialmente o formar conexiones significativas.

Por ejemplo, el estudio de Girmay y Singh (2019) mostró que los estudiantes internacionales en Estados Unidos enfrentan mayores niveles de soledad debido a las barreras culturales y lingüísticas, que limitan su capacidad de integración y afectan su bienestar psicológico. La investigación también encontró que la percepción de soledad en este grupo está relacionada con una mayor incidencia de ansiedad y estrés, sugiriendo que la falta de apoyo social y la percepción de xenofobia incrementan la vulnerabilidad emocional de estos estudiantes.

En Alemania, un país donde se promueven el orden y la organización en el ámbito académico, los estudiantes experimentaron un aumento significativo en la soledad y problemas de bienestar durante la pandemia de COVID-19. Wenig y otros. (2023) encontraron que la soledad se asoció con un mayor riesgo de síntomas depresivos y de ansiedad en los estudiantes alemanes, exacerbados por la reducción de actividades sociales y físicas debido a las restricciones sanitarias. Este estudio sugiere que en contextos donde el sistema educativo es altamente estructurado, la

falta de interacción social puede impactar fuertemente el bienestar, destacando la necesidad de intervenciones que promuevan el apoyo social para mitigar los efectos de la soledad.

Beller y Wagner (2020) exploraron en un estudio multinacional cómo la individualidad y colectividad influyen en la percepción de soledad y su impacto en la salud. En países más colectivistas, el efecto de la soledad en el bienestar y la salud física resultó más severo en comparación con países más individualistas, donde la autosuficiencia puede amortiguar el impacto. Este estudio sugiere que los sistemas de apoyo en universidades deben ser culturalmente específicos y considerar factores como el nivel de colectividad para abordar adecuadamente las necesidades de bienestar de los estudiantes.

Relación entre bienestar y soledad en estudiantes universitarios en el contexto local

La relación entre bienestar y soledad en estudiantes universitarios en Ecuador se evidencia como una interacción compleja donde la percepción de apoyo social, la resiliencia y el manejo emocional juegan un rol crítico en la experiencia de estos jóvenes. En contextos universitarios ecuatorianos, estudios recientes destacan cómo la soledad y los factores asociados al bienestar afectan la salud mental y emocional de los estudiantes, quienes enfrentan desafíos de adaptación y presión académica.

En la investigación relacionada a salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes y factores asociados, de Herrera, Zambrano, Sánchez y Naranjo (2021) se indica que los estudiantes universitarios presentan altos niveles de ansiedad, depresión y disfunción social, directamente vinculados con la falta de apoyo social y el estrés académico. La presencia de estos síntomas refleja una realidad en la cual la soledad y el aislamiento afectan profundamente el bienestar psicológico de los jóvenes, quienes, al carecer de redes de apoyo, muestran vulnerabilidad ante los desafíos emocionales y académicos de la vida universitaria. Este estudio sugiere que los altos niveles de soledad son un predictor clave de malestar emocional y deterioro en la calidad de vida de los estudiantes.

Por su parte, Vizhñay y Mogrovejo (2024) profundizan en la resiliencia como factor amortiguador frente a la soledad y el malestar psicológico. Este trabajo sostiene

que los estudiantes que presentan mayores niveles de resiliencia tienden a manejar mejor las experiencias de soledad, experimentando menor deterioro en su bienestar. La resiliencia, entendida como la capacidad de adaptarse y superar situaciones adversas, se presenta como un recurso fundamental para mitigar el impacto negativo de la soledad en el bienestar psicológico. Esto sugiere la importancia de desarrollar programas que fomenten la resiliencia en los estudiantes, promoviendo así una respuesta más positiva y adaptable frente a la soledad.

Asimismo, Moreta , López, Gordón , Ortiz y Gaibor (2018), revelan que la satisfacción con la vida y el bienestar social son factores cruciales en la predicción de la salud mental de los estudiantes. Este análisis sugiere que los estudiantes con una percepción positiva de su vida social y una alta satisfacción personal muestran menores índices de soledad y un mayor bienestar. La falta de satisfacción con la vida, sin embargo, se traduce en una mayor vulnerabilidad emocional y en niveles elevados de soledad, lo cual subraya la importancia de crear ambientes universitarios que fomenten relaciones interpersonales positivas y un sentido de comunidad, ayudando a mejorar el bienestar general de los estudiantes.

Estos estudios sugieren que el bienestar en estudiantes universitarios en el contexto local, está influido significativamente por el grado de apoyo social y resiliencia, así como por la satisfacción con la vida y el sentido de comunidad. La soledad, cuando no se contrarresta con recursos emocionales o redes de apoyo, resulta en una disminución del bienestar y en un aumento de los problemas de salud mental.

Análisis de las metodologías utilizadas en estudios de la relación soledad bienestar en estudiantes universitarios

El análisis de los procesos metodológicos empleados para estudiar la relación entre bienestar y soledad en estudiantes universitarios revela enfoques adaptados a características contextuales y prioridades investigativas propias de cada región. Tanto en Ecuador como en Europa, se emplean cuestionarios de auto-reporte, permitiendo una estandarización y comparabilidad de resultados en torno a variables como soledad y bienestar subjetivo. Por ejemplo, en el estudio realizado por Jaud, Konkel y Diehl (2023) en Alemania, se aplicó la Escala de Soledad de

Jong Gierveld para captar variaciones en la experiencia de soledad a lo largo de las transiciones académicas, encontrando que la soledad tiende a intensificarse en momentos críticos como el ingreso a la universidad.

Sin embargo, algunos enfoques metodológicos reflejan diferencias clave. En el Reino Unido, por ejemplo, el uso de metodologías cualitativas mediante entrevistas semi-estructuradas permite profundizar en las estrategias de afrontamiento de los estudiantes en entornos académicos competitivos. Vasileiou, Barnett, Thorpe y Young. (2019) encontraron que los estudiantes manejan su bienestar emocional adoptando estrategias como la búsqueda de apoyo social o el aislamiento intencional, en función de la accesibilidad y calidad de sus recursos de apoyo. Esta metodología cualitativa ofrece un análisis más matizado de la experiencia de soledad, un enfoque que en Ecuador es menos común, donde los estudios tienden a priorizar el análisis cuantitativo, centrado en la resiliencia y el apoyo familiar como factores determinantes en la adaptación emocional.

Otra distinción metodológica importante aparece en estudios internacionales que integran el concepto de normatividad social en sus análisis, como en el estudio de Dukhnovsky (2019) en Rusia. Los hallazgos muestran que estudiantes de entornos altamente normativos experimentan mayores niveles de soledad y un bienestar más moderado, en comparación con estudiantes de contextos menos restrictivos, sugiriendo que el contexto cultural y las expectativas sociales afectan directamente la percepción y manejo de la soledad. En los estudios ecuatorianos, en contraste, el énfasis se encuentra en cómo la resiliencia y el apoyo emocional, especialmente en el entorno familiar, mitigan los efectos de la soledad dentro de un contexto académico donde las redes de apoyo cumplen un rol esencial.

En un contexto similar, los estudios alemanes ponen énfasis en la estructura de redes sociales en el campus y cómo estas afectan la experiencia de soledad. Este enfoque coincide con los estudios ecuatorianos en la importancia del apoyo social, pero se diferencia en su implementación; en el contexto europeo, se explora el impacto de la integración en redes amplias, mientras que en Ecuador el apoyo social es evaluado en términos de relaciones familiares y cercanas. Wenig y otro. (2023) resaltaron que una red de apoyo social extensa y el acceso a recursos

emocionales ayudan a reducir la soledad y mejorar el bienestar general de los estudiantes, sugiriendo que la pertenencia a un contexto social más amplio también juega un papel fundamental.

Los enfoques metodológicos observados reflejan una adaptación a las particularidades culturales y académicas de cada contexto. Mientras que los estudios internacionales exploran dimensiones contextuales como la normatividad social y la integración en redes amplias, los estudios ecuatorianos priorizan factores como la resiliencia y el apoyo familiar, destacando que el bienestar en estudiantes universitarios es una construcción multidimensional y que la soledad es una experiencia subjetiva condicionada por los recursos y las características sociales del entorno de cada grupo estudiantil.

El análisis teórico presentado evidencia la importancia del bienestar subjetivo y psicológico en el contexto universitario, destacando su influencia en la adaptación académica y social de los estudiantes. La integración de los modelos de bienestar de Ryff y Diener permite comprender cómo la satisfacción con la vida, el apoyo social y la resiliencia impactan en la estabilidad emocional y el rendimiento académico. Asimismo, el estudio de la soledad ha demostrado que su presencia puede generar efectos adversos en la salud mental, especialmente cuando los estudiantes carecen de redes de apoyo o enfrentan altos niveles de presión académica. En este sentido, la fundamentación teórica respalda la necesidad de abordar el bienestar desde una perspectiva integral, donde factores individuales y contextuales se interrelacionan para determinar la calidad de vida de los estudiantes.

Este estudio adquiere relevancia al explorar la relación entre bienestar y soledad con un enfoque que considera dimensiones emocionales, sociales y académicas. Su importancia radica en la posibilidad de generar estrategias de intervención que fortalezcan el bienestar estudiantil, identificando factores de riesgo y promoviendo acciones que minimicen los efectos negativos de la soledad. La evidencia analizada resalta el papel de las universidades en la implementación de políticas que favorezcan el desarrollo integral de los estudiantes, garantizando un entorno que potencie su satisfacción con la vida y su adaptación al entorno académico.

CAPÍTULO II DISEÑO METODOLÓGICO

2.1. Paradigma y diseño de investigación

El presente trabajo se enmarca dentro del paradigma post-positivista, caracterizado por su enfoque en la objetividad y el uso de métodos cuantitativos para explorar fenómenos observables y medibles (Ryan, 2019). Este paradigma permite realizar una aproximación sistemática al estudio de la relación entre la percepción de bienestar y la soledad en estudiantes universitarios, basándose en la recopilación de datos cuantificables que posibiliten el análisis estadístico y la generalización de los resultados.

La modalidad cuantitativa adoptada en este estudio permite la recolección de datos numéricos que pueden ser analizados mediante herramientas estadísticas para identificar patrones y relaciones objetivas entre las variables de bienestar y soledad. Este enfoque garantiza la precisión en la medición de los datos, proporcionando resultados replicables y generalizables. Según Creswell y Creswell (2018), esta modalidad es adecuada para responder preguntas de investigación específicas al emplear métodos objetivos que aseguran la validez de los resultados obtenidos.

El tipo descriptivo de esta investigación busca caracterizar las dimensiones del bienestar y la soledad en los estudiantes universitarios, detallando su frecuencia, distribución y niveles. Este enfoque proporciona una visión detallada de estas variables dentro de la población objetivo, lo que resulta esencial para comprender cómo se presentan en contextos específicos. Como señalan Hernández, Fernández y Baptista (2021), la investigación descriptiva es fundamental para explorar fenómenos que requieren actualización o mayor profundidad en ciertos ámbitos.

El alcance correlacional del estudio está dirigido a explorar la relación entre las variables de bienestar y soledad, analizando la fuerza y dirección de esta asociación sin manipular las condiciones del entorno. Este tipo de análisis es útil para identificar cómo interactúan estas variables dentro de la población estudiada, proporcionando información valiosa para el desarrollo de estrategias específicas. Según Hernández-Sampieri y otros (2021), este alcance es ideal para comprender

las relaciones entre variables en contextos específicos sin buscar causalidad directa.

La investigación de corte transversal implica que los datos se recolectaron en un único momento en el tiempo, permitiendo una instantánea de las relaciones entre bienestar y soledad en los estudiantes universitarios. Este enfoque resulta ideal para obtener resultados rápidos y aplicables en contextos dinámicos como el educativo, describiendo características poblacionales sin interferir en las condiciones naturales de los participantes. Según Levin (2006), los estudios transversales son útiles para analizar fenómenos en un tiempo determinado, especialmente en contextos de rápida evolución.

2.2. Técnicas e instrumentos

La presente investigación emplea una metodología cuantitativa, sustentada en el uso de técnicas de recolección de datos que permiten la medición precisa y objetiva de las variables involucradas: la percepción de bienestar y la soledad en estudiantes universitarios. Estas técnicas garantizan una recopilación sistemática y estandarizada, asegurando la validez y confiabilidad de los datos obtenidos.

Técnicas

Para la recopilación y validación de los datos en este estudio, se emplearon diversas técnicas metodológicas que garantizan la fiabilidad y representatividad de la información obtenida. La encuesta estructurada fue la técnica principal utilizada, permitiendo la recopilación de datos mediante cuestionarios psicométricos administrados digitalmente. Se aplicaron técnicas psicométricas con instrumentos validados, incluyendo la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), la Escala de Soledad de UCLA, la Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, seleccionadas por su alta confiabilidad en contextos educativos.

Para garantizar la calidad de la información, se implementaron técnicas de supervisión y validación, mediante la revisión de respuestas y la evaluación experta de los instrumentos aplicados. Asimismo, se utilizaron técnicas de control para minimizar sesgos y asegurar la anonimidad de los participantes. Finalmente, se

consideró la adaptación al contexto universitario de Tungurahua, optimizando la metodología para facilitar la participación y mejorar la representatividad de la muestra.

Encuesta estandarizada

La principal técnica utilizada en este estudio fue la aplicación de encuestas estructuradas, diseñadas para recopilar información directamente de los participantes mediante cuestionarios psicométricos (Guevara y otros, 2019). Esta técnica permite recoger datos específicos sobre las percepciones y experiencias de los estudiantes en relación con su bienestar y soledad, lo cual es fundamental para abordar los objetivos de la investigación. Las encuestas fueron administradas de manera digital a través de *Google Forms*, lo que facilitó el acceso remoto, la organización automática de los datos y una mayor tasa de respuesta. La encuesta estructurada incluyó los instrumentos descritos previamente, todos con preguntas cerradas de tipo Likert para garantizar consistencia en las respuestas y facilitar su análisis estadístico.

Técnicas psicométricas

Se utilizaron instrumentos psicométricos validados que evalúan las variables clave del estudio. Estas herramientas permiten no solo medir los constructos de interés, sino también garantizar que las respuestas de los participantes reflejen de manera precisa sus experiencias y percepciones. La Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), la Escala de Soledad de UCLA, la Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff fueron seleccionadas debido a su alta confiabilidad reportada en investigaciones previas y su adaptabilidad a contextos educativos.

Técnicas de supervisión

Durante la recolección de datos, se implementaron mecanismos de supervisión para garantizar la calidad y completitud de las respuestas. Estas técnicas incluyeron la revisión diaria de las respuestas ingresadas en *Google Forms* para detectar inconsistencias o datos incompletos, así como la generación de reportes intermedios que aseguraron el cumplimiento de la representatividad de la muestra.

Técnicas de validación

Para garantizar la calidad de los instrumentos empleados, se llevó a cabo un proceso previo de validación de contenido, en el cual expertos revisaron los cuestionarios para asegurar su pertinencia y claridad en el contexto de los estudiantes universitarios de Tungurahua. Además, se analizaron las propiedades psicométricas reportadas en estudios cercanos para verificar la fiabilidad y validez de las herramientas (Pinto y otros., 2020)

Técnicas de control

Se aplicaron controles metodológicos para minimizar sesgos y garantizar que las respuestas fueran representativas. Esto incluyó asegurar la anonimidad de los participantes para fomentar la honestidad en las respuestas, así como el monitoreo constante del progreso de la recolección de datos para ajustar estrategias de comunicación y maximizar la participación (Moore, Durrant y Smith 2018)

Adaptación al contexto

Estas técnicas fueron seleccionadas y adaptadas para cumplir con las particularidades del contexto universitario en Tungurahua, Ecuador, así lo demostraron Moreta y otros (2018), Moreta y otros (2021), Moreta y otros (2021), Moreta y otros (2023), Ortiz. Pérez y Jácome (2021). La aplicación digital mediante *Google Forms* permitió llegar a una muestra heterogénea y respetar las limitaciones logísticas, maximizando la efectividad del proceso.

Instrumentos

La recolección de datos para este estudio se llevó a cabo utilizando instrumentos psicométricos estandarizados, validados y adaptados a contextos hispanohablantes, con un enfoque particular en la población universitaria ecuatoriana. Los instrumentos fueron implementados mediante *Google Forms*, lo que permitió una aplicación estandarizada, accesible y remota para los participantes. A continuación, se describen los instrumentos con mayor detalle:

Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)

La Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), desarrollada originalmente por Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985), es un instrumento ampliamente utilizado para evaluar la percepción global de satisfacción con la vida como una dimensión del bienestar subjetivo. La escala fue traducida al español por Atienza, Pons, Balanguer y García (2000), validando su aplicación en contextos hispanohablantes y demostrando resultados consistentes con la versión original. En Ecuador, Ortiz, Pérez y Jácome (2021) reportaron su uso en estudios realizados en profesionales de Guayaquil, donde se observó una alta confiabilidad ($\alpha = 0.89$), validando su pertinencia en poblaciones locales. Recientemente, Moreta y otros. (2023) analizaron la SWLS en muestras ecuatorianas y colombianas utilizando la teoría clásica de los tests y la teoría de respuesta al ítem, confirmando su validez y fiabilidad en contextos latinoamericanos y destacando la sensibilidad del instrumento para evaluar el bienestar subjetivo en grupos universitarios.

Desde el punto de vista psicométrico, la SWLS ha mostrado consistentemente una alta fiabilidad en estudios internacionales y regionales. En Chile, Coria, López y Barrera (2020) encontraron un coeficiente alfa de Cronbach de 0.87 en estudiantes universitarios, con un puntaje promedio de 27.6 (DE = 4.8), reflejando altos niveles de satisfacción general. Por su parte, Ortiz, Pérez y Jácome (2021) reportaron un alfa de Cronbach de 0.89 en el contexto ecuatoriano, con un puntaje promedio de 24.5 (DE = 5.2), indicando niveles moderados a altos de satisfacción con la vida. De manera global, estudios realizados en diversas culturas confirman que la escala presenta una consistencia interna robusta, con valores de fiabilidad superiores a 0.85, lo cual garantiza su estabilidad y precisión en la medición del bienestar subjetivo.

La escala consta de 5 ítems que evalúan la percepción general de satisfacción con la vida y se califican mediante una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 representa "totalmente en desacuerdo" y 7 "totalmente de acuerdo". El puntaje total se obtiene sumando las respuestas de los 5 ítems, con un rango posible entre 5 y 35 puntos. Los puntajes se interpretan de la siguiente manera: 31–35 indica alta satisfacción, 26–30 satisfacción, 21–25 ligera satisfacción, 20 neutralidad, 15–19

ligera insatisfacción, 10–14 insatisfacción y 5–9 alta insatisfacción. Esta estructura de calificación proporciona una evaluación precisa y detallada del nivel de satisfacción con la vida en individuos y grupos, facilitando su uso en contextos universitarios para identificar necesidades emocionales y desarrollar intervenciones específicas.

Escala de Soledad de UCLA (Versión revisada)

La Escala de Soledad de UCLA (UCLA-LS) fue desarrollada inicialmente por Russell, Peplau y Ferguson (1978), y revisada posteriormente en 1980 y 1996 para consolidar su estructura y mejorar su sensibilidad en la medición de la percepción subjetiva de soledad. La versión revisada consta de 20 ítems diseñados para evaluar tanto la cantidad como la calidad percibida de las relaciones sociales del individuo y el nivel de desconexión emocional. La escala ha sido traducida al español por Prieto y Delgado (2009), quienes validaron su aplicabilidad en poblaciones hispanohablantes, destacando sus excelentes propiedades psicométricas. En Ecuador, aunque no existe una adaptación específica, Ortiz, Pérez y Jácome (2021) emplearon esta escala en contextos locales, evidenciando su validez y pertinencia en muestras de estudiantes universitarios, particularmente en el ámbito educativo.

Desde una perspectiva psicométrica, la UCLA-LS ha demostrado una alta consistencia interna en estudios tanto internacionales como regionales. En su validación con estudiantes universitarios españoles, Prieto y Delgado (2009) reportaron un coeficiente alfa de Cronbach de 0.90, lo que refleja una excelente fiabilidad en términos de consistencia interna.

Por otro lado, Ortiz, Pérez y Jácome (2021) aplicaron la escala en una población ecuatoriana y obtuvieron un coeficiente alfa de Cronbach de 0.91, consolidando su robustez y fiabilidad en contextos latinoamericanos. A nivel global, estudios recientes han confirmado que la escala mantiene una consistencia interna con valores alfa que oscilan entre 0.89 y 0.94, lo cual asegura su estabilidad y aplicabilidad en diferentes culturas y entornos.

La UCLA-LS se califica a partir de los 20 ítems que componen la escala, cada uno evaluado en una escala tipo Likert de 4 puntos: 1 para "Nunca", 2 para "Raramente", 3 para "A veces" y 4 para "Siempre". El puntaje total se obtiene sumando las respuestas de todos los ítems, con valores que oscilan entre 20 y 80 puntos. Los puntajes más bajos (20–34) reflejan una baja percepción de soledad, mientras que los puntajes intermedios (35–49) indican una percepción moderada de soledad.

Finalmente, puntajes altos (50–80) corresponden a una elevada percepción de soledad y desconexión social. Este rango interpretativo permite identificar de manera objetiva los niveles de soledad percibida en estudiantes universitarios, facilitando su uso en investigaciones y programas de intervención orientados a mejorar las condiciones emocionales y sociales de esta población.

Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS)

La Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS), desarrollada originalmente por Watson, Clark y Tellegen (1988), es un instrumento ampliamente utilizado para evaluar las experiencias emocionales a través de dos dimensiones: el afecto positivo y el afecto negativo. El afecto positivo engloba emociones como entusiasmo, energía y alegría, mientras que el afecto negativo incluye sentimientos como culpa, irritación y angustia. La versión traducida al castellano fue validada por Sandín y otros. (1999), quienes confirmaron su estructura bifactorial original y su aplicabilidad en contextos hispanohablantes. En un estudio reciente, Moreta y otros. (2021) evaluaron la invarianza factorial y la fiabilidad de la PANAS en universitarios de Ecuador y Colombia, demostrando que la escala es igualmente válida y confiable en ambos contextos, con valores alfa de Cronbach superiores a 0.85. Esto evidencia la capacidad del instrumento para medir con precisión los estados afectivos en poblaciones universitarias de América Latina.

Desde una perspectiva psicométrica, la PANAS ha demostrado una fiabilidad sólida y replicable en estudios internacionales y regionales. Sandín y otros. (1999) reportaron coeficientes alfa de Cronbach entre 0.87 y 0.91 para ambas subescalas en poblaciones hispanohablantes, lo que refleja una alta consistencia interna. En el estudio realizado por Moreta y otros. (2021), se confirmó que la escala presenta invarianza factorial según nacionalidad, lo cual significa que su estructura es

estable y aplicable tanto en Ecuador como en Colombia, manteniendo su robustez psicométrica. Además, investigaciones regionales, como las de García, Fernández y Sánchez (2020), encontraron valores alfa de Cronbach de 0.88 para afecto positivo y 0.89 para afecto negativo en muestras universitarias, reafirmando la fiabilidad del instrumento en contextos educativos latinoamericanos.

La PANAS consta de 20 ítems, divididos en dos subescalas de 10 ítems cada una, correspondientes al afecto positivo y al afecto negativo. Los ítems se califican en una escala tipo Likert de 5 puntos, donde 1 significa "Nada", 2 "Poco", 3 "Moderadamente", 4 "Bastante" y 5 "Extremadamente". Los puntajes obtenidos se suman para cada subescala, generando un rango de 10 a 50 puntos. Los puntajes elevados en la subescala de afecto positivo reflejan una mayor frecuencia de emociones positivas, mientras que puntajes altos en afecto negativo indican predominancia de emociones negativas. Estudios recientes, como el de Moreta-Herrera y otros. (2021), refuerzan la utilidad de esta escala para obtener una evaluación integral de los estados afectivos en estudiantes universitarios, facilitando su uso en intervenciones y estudios comparativos dentro de contextos multiculturales.

Escala de Bienestar Psicológico (Ryff)

La Escala de Bienestar Psicológico (EBP), desarrollada por Carol Ryff (1989), es un instrumento que evalúa el bienestar desde una perspectiva eudaimónica, centrándose en el desarrollo humano y el funcionamiento óptimo. El modelo de Ryff abarca seis dimensiones clave del bienestar: autoaceptación, relaciones positivas con los demás, autonomía, dominio ambiental, propósito en la vida y crecimiento personal. La versión original consta de 84 ítems, aunque se han generado versiones abreviadas, como la de 18 ítems, que mantienen su capacidad para evaluar de manera eficaz cada dimensión.

La traducción y validación al español fueron realizadas por Díaz y otros. (2006), confirmando su estructura factorial y aplicabilidad en contextos hispanohablantes. A nivel latinoamericano, estudios como el de Blasco y Alsinet (2022) y la investigación de Moreta y otros (2021) destacan que esta escala puede aplicarse

de manera satisfactoria en poblaciones universitarias de Ecuador y Colombia, demostrando resultados robustos en términos de validez y fiabilidad.

En términos psicométricos, la EBP presenta propiedades destacables en estudios recientes. Díaz y otros (2006) reportaron coeficientes alfa de Cronbach superiores a 0.85 en todas las dimensiones, validando su consistencia interna y estructura factorial. De manera similar, Blasco y Alsinet (2022) informaron un alfa general de 0.87 en una muestra de estudiantes universitarios, lo que refleja una alta fiabilidad. En el contexto ecuatoriano y colombiano, Moreta y otros. (2021) evaluaron la versión abreviada en poblaciones universitarias, encontrando resultados consistentes que respaldan su validez en entornos educativos locales. Estos estudios sugieren que la escala es una herramienta útil y confiable para medir el bienestar psicológico en contextos diversos, especialmente en estudiantes universitarios.

La EBP utiliza una escala tipo Likert de 6 puntos para responder cada ítem, donde 1 representa "Totalmente en desacuerdo" y 6 "Totalmente de acuerdo". Los puntajes se calculan para cada una de las seis dimensiones: la autoaceptación, donde una alta puntuación indica una percepción positiva de uno mismo; relaciones positivas, que reflejan relaciones de confianza y apoyo; autonomía, que denota independencia en la toma de decisiones; dominio ambiental, que mide la habilidad para gestionar el entorno; propósito en la vida, que refleja la claridad en metas y sentido de dirección; y crecimiento personal, que evalúa la percepción de desarrollo continuo.

En general, puntajes altos en todas las dimensiones sugieren un bienestar psicológico equilibrado y robusto. Esta escala, aplicada en estudios recientes como los de Moreta y otros (2021), se ha convertido en una herramienta fundamental para evaluar el bienestar en contextos educativos universitarios, permitiendo identificar fortalezas y áreas de intervención en la salud mental de los estudiantes.

2.3. Población, muestra y muestreo

Población objetivo

La población objetivo del estudio está constituida por estudiantes universitarios matriculados en una universidad pública y una privada de la provincia de Tungurahua, Ecuador. Estas instituciones representan una diversidad de programas académicos y niveles educativos, lo que permite analizar una muestra heterogénea y representativa.

El total aproximado de unidades de estudio corresponde a 25000 estudiantes matriculados activamente durante el periodo de recolección de datos, distribuidos entre ambas universidades (PUCESA / UTA, 2024). Esta cantidad incluye estudiantes de tiempo completo y parcial, abarcando diferentes niveles académicos (pregrado y posgrado) y modalidades de estudio (presencial, semipresencial y a distancia).

El acceso a la información se gestionó mediante la presentación de oficios formales dirigidos a los administradores académicos de una universidad pública y una privada en la provincia de Tungurahua. La solicitud fue remitida a las autoridades universitarias, quienes autorizaron la aplicación de encuestas y facilitaron la colaboración institucional. Posteriormente, la información fue proporcionada a través de los departamentos de bienestar estudiantil, coordinación académica y secretaria.

Tamaño de la muestra

La muestra final estuvo constituida por 379 estudiantes, seleccionados de manera proporcional al tamaño de los estratos definidos en ambas universidades. Este tamaño de muestra es adecuado para realizar análisis estadísticos inferenciales que permitan comprobar la hipótesis planteada. Según cálculos realizados con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, esta muestra resulta representativa del total de la población. Sin embargo, se consideró para un mejor resultado una muestra de 580 estudiantes.

Muestreo

Se utilizó un muestreo aleatorio estratificado, lo que asegura la representatividad de las diferentes facultades, niveles académicos y modalidades de estudio presentes en ambas instituciones. Este método permite una selección proporcional de estudiantes según las características mencionadas, 389 estudiantes de la UTA y 191 de la PUCESA, garantizando que los hallazgos sean generalizables al contexto universitario de Tungurahua.

Justificación del muestreo

El muestreo aleatorio estratificado se eligió debido a su capacidad para captar las diferencias existentes entre los subgrupos de la población (facultades, niveles académicos y modalidades de estudio). Esto asegura que cada subgrupo esté representado adecuadamente, minimizando sesgos y maximizando la precisión de los resultados.

Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados activamente en las universidades seleccionadas durante el periodo de recolección de datos.
- Voluntad de participar mediante la aceptación del consentimiento informado.
- Disponibilidad para responder los instrumentos en formato digital mediante Google Forms.

Criterios de exclusión

- Estudiantes en procesos de retiro o que no estén matriculados activamente.
- Respuestas incompletas o inconsistente en los instrumentos aplicados.
- Participantes que no otorguen su consentimiento para participar en el estudio.

Caracterización de la muestra

La tabla 1 describe las características principales de la muestra estudiada, compuesta por 580 estudiantes universitarios. Los resultados muestran una distribución equitativa por sexo, con un 50 % masculino y un 49.66 % femenino, mientras que solo el 0.34 % se identifica en otra categoría. En cuanto a las carreras, destaca una mayor representación de Ingeniería Civil (53.28 %) frente a Psicología Clínica (46.72 %). El tipo de universidad muestra que el 67.07 % de los estudiantes pertenece a instituciones públicas, frente al 32.93 % que asiste a universidades privadas.

Respecto a las edades, el grupo predominante corresponde al intervalo de 21 a 24 años con un 50.17 %, seguido por el rango de 17 a 20 años con un 43.28 %, mientras que los grupos de mayor edad representan porcentajes significativamente menores. La media de edad se sitúa en 20.91 años, con una desviación típica de 2.05 años, lo que refleja una población mayoritariamente joven y homogénea en términos de edad.

Estos datos proporcionan un panorama claro y detallado de las características de los participantes, permitiendo una comprensión más profunda del contexto en el que se desarrolló el estudio.

Tabla 1. Caracterización de la Muestra

	Categoría	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (%)
Sexo	Masculino	290	50.00
	Sexo (Femenino)	288	49.66
	Sexo (Otro)	2	0.34
Carreras	Carreras (Ingeniería Civil)	309	53.28
	Carreras (Psicología Clínica)	271	46.72
Universidad	Universidades Públicas	389	67.07
	Universidades Privadas	191	32.93
Edades	17-20 años	251	43.28
	21-24 años	291	50.17
	25-28 años	31	5.34
	29-32 años	4	0.69
	33-36 años	3	0.52
	Media Edad	20.91	
	Desviación Típica Edad	2.05	
	Total	580	100.00

Elaborado por: Gabriela Espín

2.4. Procedimiento

El procedimiento de esta investigación se estructuró en una serie de etapas cuidadosamente diseñadas para garantizar la validez y fiabilidad de los datos recolectados. A continuación, se describen detalladamente las fases que conforman el proceso de investigación, desde la preparación inicial hasta el análisis de los resultados, integrando los cuatro instrumentos seleccionados y los

Preparación y diseño del estudio

La fase inicial consistió en obtener las autorizaciones necesarias de las autoridades universitarias de la Universidad Técnica de Ambato y la Universidad Católica de Ambato, lo que permitió establecer las bases legales y éticas del estudio. Se diseñaron los formularios digitales mediante Google Forms, asegurando que cada instrumento psicométrico seleccionado (SWLS, UCLA-LS, PANAS y EBP) estuviera debidamente adaptado y estandarizado en formato digital. Durante esta etapa, se incluyeron instrucciones claras sobre el propósito del estudio, la confidencialidad de los datos y la importancia de responder de manera honesta y completa. Además, se elaboró un consentimiento informado que fue requerido como primer paso en la encuesta digital.

Recolección de datos

La recolección de datos se llevó a cabo mediante la difusión de los formularios en plataformas oficiales de las universidades, como correos institucionales y redes sociales. Esto permitió alcanzar una cobertura adecuada de la población objetivo, compuesta por estudiantes de diversas facultades y niveles académicos. El acceso a los formularios estuvo disponible durante un periodo de cuatro semanas, y se realizaron recordatorios periódicos para maximizar la tasa de respuesta. Durante este tiempo, se monitorizó el progreso para asegurar que la muestra reflejara la estratificación establecida, garantizando así la representatividad. Además, se proporcionó asistencia técnica en caso de dificultades de acceso o dudas por parte de los participantes.

Aplicación de los instrumentos

Los instrumentos fueron administrados en su formato digital y organizados en secciones claras dentro de los formularios. Cada sección correspondía a uno de los cuatro instrumentos. El diseño digital permitió validar automáticamente las respuestas, asegurando que todos los ítems fueran completados, reduciendo la posibilidad de datos faltantes. Además, se configuraron controles de lógica para garantizar que los participantes pudieran avanzar solo después de responder completamente cada sección.

Organización y sistematicidad de la información

Los datos recolectados fueron exportados desde *Google Forms* al software estadístico SPSS v26 para su procesamiento. Durante esta etapa, se llevó a cabo una limpieza de datos para identificar y eliminar respuestas inconsistentes o incompletas. Se realizaron análisis preliminares para verificar la normalidad y homogeneidad de las variables mediante pruebas de Shapiro-Wilk y Levene, lo que permitió seleccionar las técnicas estadísticas adecuadas para el análisis inferencial. Además, se organizó la información en bases de datos separadas según los instrumentos aplicados, facilitando el análisis específico y global de las variables estudiadas.

Análisis descriptivo

En esta fase se calcularon estadísticos descriptivos para todas las variables de interés:

- Medidas de tendencia central (media, mediana y moda).
- Medidas de dispersión (desviación estándar, rango y varianza).

Los resultados descriptivos fueron representados gráficamente mediante histogramas y diagramas de caja, lo que permitió observar la distribución de las respuestas y detectar posibles valores atípicos. Estos análisis preliminares proporcionaron una visión general de los niveles de bienestar y soledad en la muestra estudiada, estableciendo las bases para el análisis inferencial posterior.

Análisis inferencial

El análisis inferencial incluyó diversas pruebas estadísticas para examinar las relaciones y diferencias entre las variables:

- **Correlación de Pearson:** Determinó la relación entre la percepción de bienestar y soledad, verificando la hipótesis principal del estudio. Se consideró un nivel de significancia de $p < 0.05$.
- **Regresión Lineal Múltiple:** Identificó los predictores significativos del bienestar, considerando variables como afecto positivo, soledad y autoaceptación.

Interpretación de resultados y comprobación de la hipótesis

Finalmente, los resultados obtenidos fueron interpretados en el marco de las teorías de bienestar y soledad, destacando patrones significativos y su relevancia en el contexto universitario. La hipótesis planteada –"Existe una relación inversa significativa entre la percepción de bienestar y la soledad en estudiantes universitarios"– fue analizada mediante la correlación de Pearson. Los hallazgos preliminares indicaron que niveles altos de soledad estaban asociados con menores índices de bienestar, respaldando la hipótesis. Los resultados también ofrecieron insumos valiosos para proponer intervenciones dirigidas a mejorar la calidad de vida de los estudiantes, enfatizando la necesidad de fortalecer redes de apoyo y promover estrategias de afrontamiento emocional.

CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Información académica

En la tabla 2 de frecuencias para las universidades, observamos una clara distinción en la distribución de los encuestados entre dos instituciones educativas principales, la Universidad Técnica de Ambato (UTA) y la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Sede Ambato (PUCESA). La UTA tiene una presencia significativamente mayor con un 67.07% de los encuestados, representando 389 estudiantes, mientras que PUCESA cuenta con 191 estudiantes, es decir, el 32.93% del total.

Tabla 2. Frecuencias de Universidades

Universidad	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (%)
UTA	389	67.07
PUCESA	191	32.93
Total	580	100.00

Elaborado por: Gabriela Espín

La tabla 3 de frecuencias de carreras muestra una distribución entre dos campos de estudio principales: Ingeniería Civil y Psicología Clínica. De los 580 encuestados en total, 309 son de Ingeniería Civil, lo que representa el 53.28% de la muestra, mientras que 271 estudiantes pertenecen a Psicología Clínica, cubriendo el 46.72% restante. Esta distribución casi equitativa pero ligeramente inclinada hacia Ingeniería Civil indica una buena representación de ambas disciplinas en la muestra, aunque con una ligera predominancia de la ingeniería.

Tabla 3. Frecuencias de Carreras

Carrera	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (%)
Ingeniería Civil	309	53.28
Psicología Clínica	271	46.72
Total	580	100.00

Elaborado por: Gabriela Espín

La distribución de estudiantes por niveles académicos en las universidades UTA y PUCESA revela patrones significativos relacionados con la percepción de bienestar y soledad entre los estudiantes universitarios de Tungurahua. Observamos que la mayoría de los estudiantes se concentra en el primer año, con un 30.17% del total, lo cual es típico debido al alto número de matriculados que ingresan cada año a la universidad.

A medida que los estudiantes avanzan en sus carreras universitarias, las frecuencias relativas disminuyen progresivamente: 14.14% en el segundo año, 14.83% en el tercer año y 16.03% en el cuarto año, reflejando una tendencia de descenso en la participación de los estudiantes en niveles superiores. Esta disminución puede ser indicativa de deserción académica, impulsada por diversos factores como la falta de apoyo, dificultades económicas, desafíos académicos, y problemas de integración social, que afectan directamente su bienestar y percepciones de soledad.

Los niveles avanzados, desde el quinto hasta el octavo año, presentan un porcentaje aún más reducido de estudiantes, con menos del 15% del total combinado en estos niveles, subrayando que solo una fracción menor de los estudiantes iniciales persiste hasta las etapas finales de sus estudios universitarios.

Tabla 4. Frecuencias de Niveles

Nivel	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa (%)
1ero	175	30.17
4to	93	16.03
3ro	86	14.83
2do	82	14.14
5to	57	9.83
8vo	39	6.72
7mo	28	4.83
6to	20	3.45
Total	580	100.00

Elaborado por: Gabriela Espín

3.2. Resultados socio demográficos

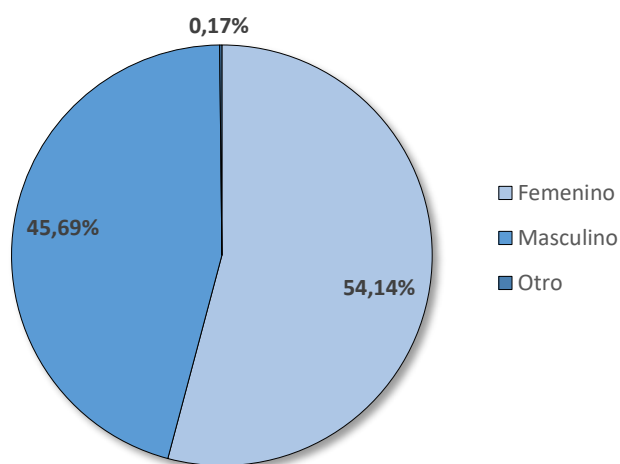
La tabla 5 muestra cómo la mayoría de los estudiantes están en los rangos de edad más jóvenes, con un marcado descenso en la cantidad de estudiantes a medida que aumenta la edad. Los estudiantes entre 17 y 24 años constituyen la gran mayoría de la muestra, lo que refleja una típica población estudiantil universitaria. Los rangos de edad más altos, 25 años y más, representan una pequeña fracción de la población estudiantil. Esta distribución fue útil para entender las necesidades y preocupaciones que varían significativamente entre los grupos de edad más jóvenes y más maduros, especialmente en términos de bienestar y soledad.

Tabla 5. Edad de los estudiantes encuestados

Intervalo de Edad	Frecuencia	Porcentaje (%)
17-20	251	43.28
21-24	291	50.17
25-28	31	5.34
29-32	4	0.69
33-36	3	0.52

Elaborado por: Gabriela Espín

La distribución por sexo, representada en la figura 1 muestra una ligera predominancia del género femenino 54.14% sobre el masculino 45.69%. Esto puede reflejar diversas dinámicas dentro del contexto universitario, incluyendo posibles diferencias en la elección de carrera, accesibilidad a la educación superior, o incluso una mayor disposición por parte de las estudiantes mujeres para participar en estudios y encuestas. El pequeño número registrado bajo "Otro" 0.17 % sugiere que las categorías no binarias o de género diverso son mínimamente representadas o posiblemente sub reportadas, lo cual es un aspecto importante para considerar para futuras investigaciones y para entender mejor la diversidad de género dentro del ambiente universitario.

Figura 1. Sexo de los estudiantes

Elaborado por: Gabriela Espín

La tabla 6 señala que la gran mayoría de los estudiantes, el 65.52%, reside en Ambato, lo que refleja la centralidad de esta ciudad para las universidades UTA y PUCESA. Latacunga y Pelileo son las siguientes ciudades con mayor representación, con un 6.55% y 4.83%, respectivamente. Esto subraya la importancia de estas localidades como fuentes de población estudiantil activa que residen cerca de las instituciones.

La categoría "Otras", que representa el 11.55%, incluye estudiantes de diversas localidades menos representadas, reflejando una diversidad geográfica significativa. Estos estudiantes pueden enfrentar desafíos adicionales relacionados con transporte y acceso a recursos, lo que podría influir en su experiencia académica y bienestar general.

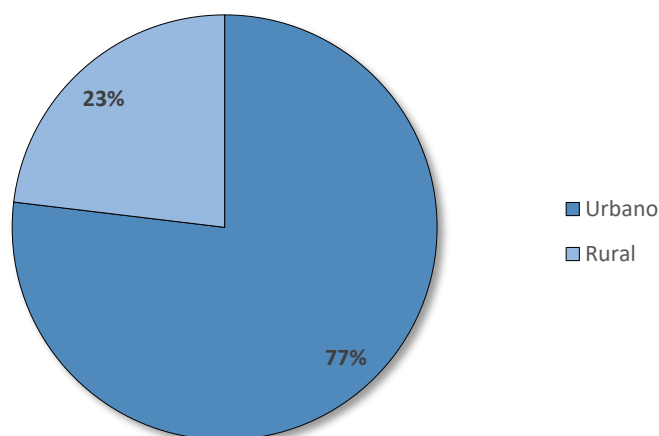
Tabla 6. Ciudad donde reside

Ciudad de Domicilio Actual	Frecuencia	Porcentaje (%)
Ambato	380	65.52
Latacunga	38	6.55
Pelileo	28	4.83
Salcedo	22	3.79
Riobamba	14	2.41
Pujilí	8	1.38
Baños	8	1.38
Píllaro	8	1.38
Quero	7	1.21
Otras	67	11.55

Elaborado por: Gabriela Espín

La figura 2 indica que la mayoría de los estudiantes encuestados residen en sectores urbanos, con un 76.90% del total, mientras que solo el 23.10% proviene de sectores rurales. Esto es consistente con la ubicación de las universidades UTA y PUCESA, que se encuentran en una ciudad importante como Ambato, atrayendo principalmente a estudiantes que ya residen en áreas urbanas o que se trasladan desde otras provincias o de sectores rurales. Los estudiantes de otras ciudades y de sectores rurales podrían enfrentar desafíos adicionales relacionados con transporte, acceso a recursos y adaptación a un entorno urbano.

Figura 2. Sector del domicilio

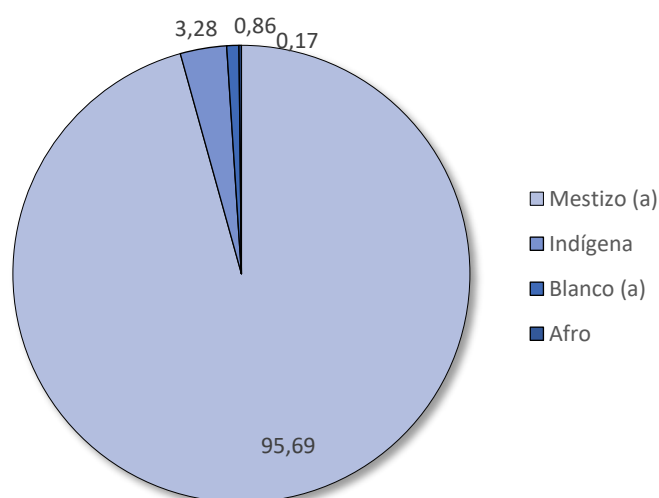


Elaborado por: Gabriela Espín

En la figura 3 se indica que la gran mayoría de los estudiantes, el 95.69%, se identifican como mestizos, reflejando la composición étnica predominante en Ecuador. Esto es consistente con las estadísticas nacionales que posicionan a la población mestiza como el grupo mayoritario. Los estudiantes que se identifican como indígenas representan el 3.28%, lo que destaca una presencia significativa, aunque minoritaria de este grupo en el entorno universitario.

Los estudiantes que se identifican como blancos constituyen un 0.86% y los que se identifican como afrodescendientes representan solo el 0.17%. Estas cifras muestran que los grupos étnicos minoritarios tienen una representación muy limitada en esta muestra.

Figura 3. Identificación étnica



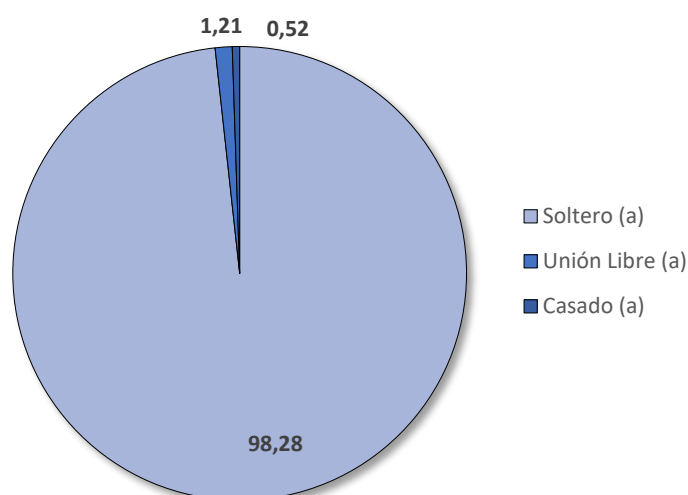
Elaborado por: Gabriela Espín

De acuerdo a los datos de la figura 4, la gran mayoría de los estudiantes, el 98.28%, se identifican como solteros, lo que es consistente con la población universitaria joven, que en su mayoría no ha formado un vínculo conyugal formal. Este dato subraya que los estudiantes encuestados se encuentran en una etapa de vida donde las prioridades están centradas principalmente en la educación y el desarrollo personal.

Un pequeño porcentaje de estudiantes, el 1.21%, está en una unión libre, lo que indica que algunos han decidido formar una relación estable sin pasar por el matrimonio formal. Finalmente, solo el 0.52% de los encuestados se identifican

como casados, reflejando que el matrimonio es una situación poco común dentro de esta población universitaria.

Figura 4. Estado civil



Elaborado por: Gabriela Espín

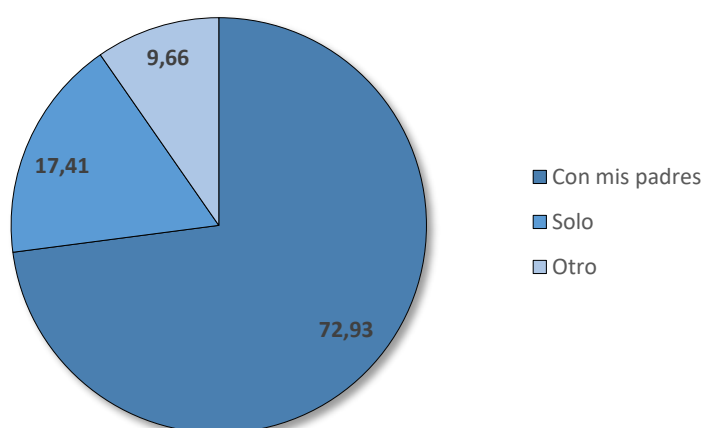
En referencia a con quien vive el estudiante actualmente los resultados de la figura 6 señalan que: la mayoría de los estudiantes, un 72.93%, vive con sus padres, lo cual es consistente con la realidad de muchos jóvenes universitarios que optan por permanecer en su entorno familiar mientras cursan sus estudios. Esta situación probablemente refleja no solo preferencias personales, sino también factores económicos y culturales que favorecen esta dinámica.

Un 17.41% de los estudiantes vive solo, lo que podría indicar un mayor nivel de independencia o una necesidad derivada de vivir lejos de su ciudad de origen para asistir a la universidad. Esta situación puede implicar tanto desafíos adicionales como oportunidades de desarrollo personal para estos estudiantes y ser un factor determinante en la percepción de bienestar y soledad en los estudiantes.

Finalmente, un 9.66% seleccionó "Otro", lo que podría incluir situaciones como vivir con amigos, compañeros de estudio o familiares distintos a los padres. Este grupo, aunque menor, representa una diversidad en las condiciones de vida que podría influir en la experiencia universitaria y el bienestar de los estudiantes. Estos resultados ofrecen un panorama claro de las dinámicas de vivienda dentro de la población estudiantil, subrayando la importancia de considerar estas condiciones

como factores importantes en la percepción del bienestar y la soledad en los estudiantes.

Figura 5. Con quien vive actualmente

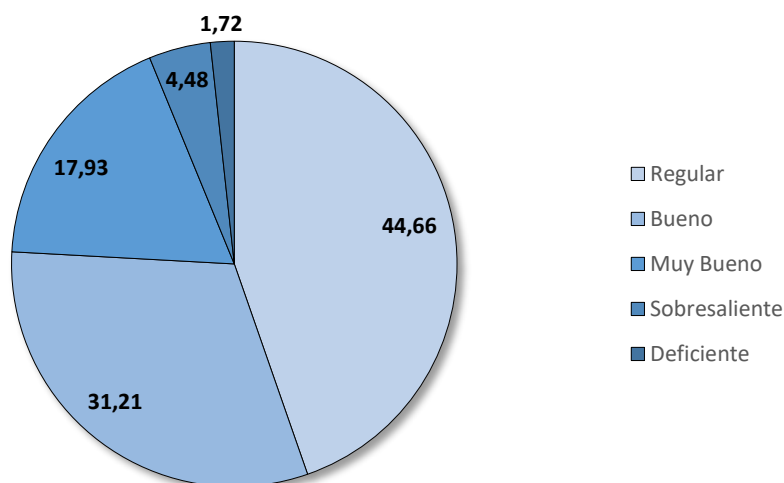


Elaborado por: Gabriela Espín

En la figura 6 se analiza el rendimiento académico encontrándose que: la mayoría de los estudiantes, un 44.66%, reportan un rendimiento académico "Regular", lo que indica que una porción significativa de la población estudiantil enfrenta problemas que podrían estar relacionados con factores académicos, personales o socioeconómicos.

Un 31.21% de los estudiantes se encuentra en la categoría "Bueno", reflejando un desempeño adecuado, pero con margen de mejora. Aquellos con un rendimiento "Muy Bueno" y "Sobresaliente" representan un 17.93% y un 4.48%, respectivamente, destacando un grupo que muestra un desempeño académico destacado y constante.

Por otro lado, el 1.72% de los estudiantes que reportan un rendimiento "Deficiente" merece especial atención, esta categoría puede estar asociada con necesidades adicionales de apoyo académico o personal.

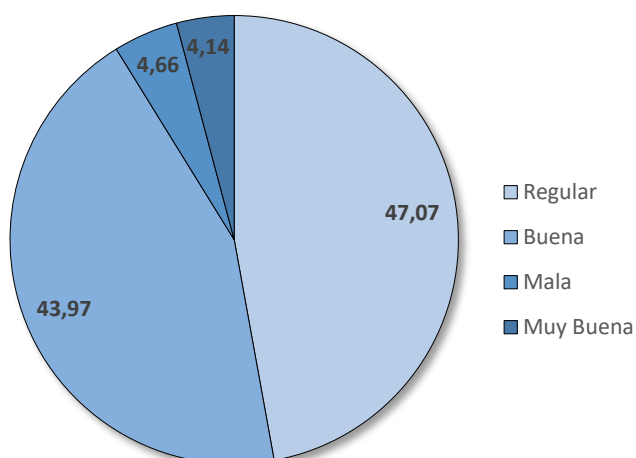
Figura 6. Rendimiento Académico

Elaborado por: Gabriela Espín

La figura 7 muestra que la mayoría percibe una situación económica regular (47.07%) o buena (43.97%). Esto indica que cerca del 91% de los estudiantes tienen una percepción moderadamente favorable de su entorno socioeconómico, lo que podría reflejar una estabilidad económica relativa en el contexto de Tungurahua.

Por otro lado, un grupo reducido reportó una percepción mala (4.66%) o muy buena (4.14%) de su situación económica. La percepción mala sugiere que una minoría enfrenta mayores desafíos económicos, lo que podría traducirse en estrés adicional y un impacto negativo en su bienestar y rendimiento académico. En contraste, la percepción muy buena podría estar asociada a menores niveles de estrés financiero y un acceso más holgado a recursos educativos.

La percepción de la situación económica puede influir directamente en el bienestar general de los estudiantes. Aquellos con una percepción regular o mala pueden experimentar mayores niveles de soledad o aislamiento debido a las limitaciones financieras que enfrentan, como la dificultad para participar en actividades sociales o acceder a recursos educativos complementarios. Por el contrario, los estudiantes que perciben su situación económica como buena o muy buena probablemente se sientan más respaldados, tanto por sus familias como por su entorno, lo que favorece un mayor bienestar emocional.

Figura 7. Situación Socioeconómica Familiar

Elaborado por: Gabriela Espín

La distribución de la "Situación Académica y Laboral del Estudiante" en los datos revela que la mayoría de los estudiantes, el 80.34%, se dedica exclusivamente a estudiar. Este hallazgo puede estar relacionado con una preferencia o necesidad de enfocarse completamente en las actividades académicas, lo cual puede deberse a una percepción de que el estudio es su principal responsabilidad o a la existencia de recursos familiares o institucionales que les permiten priorizar sus estudios.

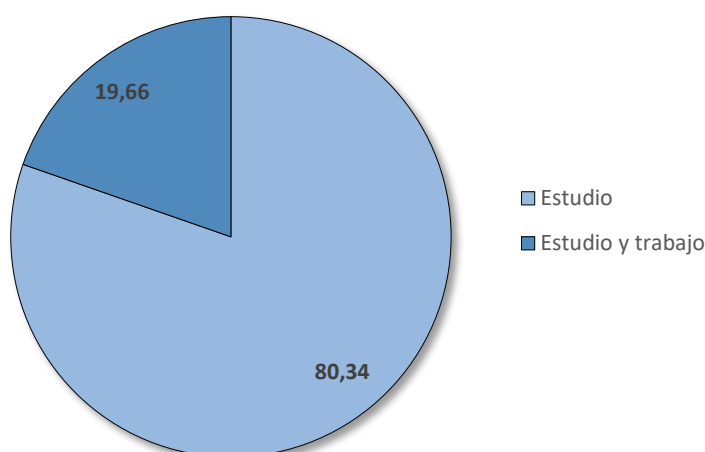
Por otro lado, el 19.66% de los encuestados combina el estudio con el trabajo, evidenciando un esfuerzo por equilibrar ambas responsabilidades. Esta situación podría responder a la necesidad de generar ingresos para financiar sus estudios o apoyar a sus familias, pero también puede estar motivada por el interés en adquirir experiencia laboral paralelamente a su formación académica.

Los estudiantes que solo estudian podrían experimentar un mayor nivel de bienestar, disponen de más tiempo y energía para concentrarse en sus metas académicas, lo que a su vez puede facilitar la integración social en el entorno universitario. Sin embargo, la exclusividad en el estudio también podría ser percibida como una dependencia económica de su entorno familiar, generando cierta inseguridad respecto al futuro laboral.

En contraste, aquellos que estudian y trabajan enfrentan mayores demandas de tiempo y energía, lo que podría derivar en niveles más altos de estrés y posibles sensaciones de aislamiento al tener menos tiempo para actividades sociales o

académicas adicionales. No obstante, también pueden experimentar mayor autonomía y satisfacción personal al ser capaces de combinar ambas actividades, lo que fortalece su autoestima y percepción de logro.

Figura 8. Situación Educativa / Laboral



Elaborado por: Gabriela Espín

3.3. Test de satisfacción con la vida

En general, los resultados del test muestran que, aunque la mayoría de los estudiantes perciben niveles moderados a altos de satisfacción con aspectos clave de sus vidas, también existe una proporción considerable que experimenta niveles de desacuerdo o neutralidad. Estas percepciones pueden estar asociadas con factores como la falta de alineación entre las expectativas y la realidad, desafíos personales o sociales, y un sentido de desconexión o aislamiento.

La percepción de bienestar y soledad está profundamente relacionada con la forma en que los estudiantes evalúan su satisfacción con la vida. Aquellos que tienen una visión positiva de sus circunstancias, logros y decisiones son menos propensos a experimentar soledad, mientras que quienes enfrentan percepciones negativas o neutrales pueden estar más expuestos a sentimientos de aislamiento y desconexión.

Esto resalta la necesidad de intervenciones institucionales, como programas de orientación, actividades de integración social y acceso a recursos emocionales,

para mejorar las percepciones de bienestar y mitigar la soledad entre los estudiantes universitarios.

Tabla 7. Resultados del Test Satisfacción con la Vida

Ítem	1	2	3	4	5	6	7
En la mayoría de los aspectos mi vida es como yo quiero que sea	17 2.9%	44 7.6%	76 13.1%	146 25.2%	162 27.9%	118 20.3%	17 2.9%
Las circunstancias de mi vida son muy buenas	12 2.1%	23 4.0%	61 10.5%	106 18.3%	185 31.9%	160 27.6%	33 5.7%
Estoy satisfecho con mi vida	16 2.8%	30 5.2%	59 10.2%	100 17.2%	134 23.1%	182 31.4%	59 10.2%
Hasta ahora he conseguido de la vida cosas que considero importantes	15 2.6%	21 3.6%	46 7.9%	93 16.0%	178 30.7%	174 30.0%	53 9.1%
Si pudiera vivir mi vida otra vez no cambiaría casi nada	83 14.3%	87 15.0%	92 15.9%	80 13.8%	100 17.2%	91 15.7%	47 8.1%

Valores: 1. Totalmente en desacuerdo; 2. En desacuerdo; 3. Algo en desacuerdo; 4. Ni de acuerdo ni en desacuerdo; 5. Algo de acuerdo; 6. De acuerdo; 7. Totalmente de acuerdo.

Elaborado por: Gabriela Espín

3.4. Resultado del Test PANAS

En términos generales, los resultados del test PANAS destacan que, aunque muchos estudiantes experimentan emociones positivas en niveles moderados o altos, existe una proporción significativa que enfrenta emociones negativas que podrían estar afectando su percepción de bienestar y contribuyendo a sentimientos de soledad.

La coexistencia de AP y AN en esta población resalta la necesidad de intervenciones que reduzcan el AN, como programas de manejo del estrés y ansiedad, mientras se fortalecen las emociones positivas a través de actividades que promuevan la motivación, la conexión social y el sentido de logro.

Los datos sugieren que el bienestar emocional de los estudiantes puede ser mejorado mediante estrategias que aborden tanto las emociones positivas como las negativas. Fortalecer el AP y manejar el AN no solo promoverá el bienestar general, sino que también reducirá significativamente la percepción de soledad en

esta población. Esto subraya la importancia de un enfoque integral en el diseño de programas de apoyo emocional y social en el contexto universitario.

Tabla 8. Resultados del Test PANAS

Ítem	1	2	3	4	5
1. Interesado (a)	102	121	254	86	15
	17.6%	20.9%	43.8%	14.8%	2.6%
2. Irritable	72	190	182	118	16
	12.4%	32.8%	31.4%	20.3%	2.8%
3. Entusiasmado (a)	32	126	255	147	18
	5.5%	21.7%	44.0%	25.3%	3.1%
4. Tenso (a), con malestar	69	148	195	129	37
	11.9%	25.5%	33.6%	22.2%	6.4%
5. Disgustado (a), molesto (a)	68	185	201	107	17
	11.7%	31.9%	34.7%	18.4%	2.9%
6. Fuerte, enérgico (a)	43	118	256	135	26
	7.4%	20.3%	44.1%	23.3%	4.5%
7. Orgulloso (a)	66	144	214	119	35
	11.4%	24.8%	36.9%	20.5%	6.0%
8. Temeroso (a), atemorizado (a)	116	164	181	100	17
	20.0%	28.3%	31.2%	17.2%	2.9%
9. Avergonzado (a)	122	178	172	85	21
	21.0%	30.7%	29.7%	14.7%	3.6%
10. Inspirado (a)	32	106	266	140	34
	5.5%	18.3%	45.9%	24.1%	5.9%
11. Nervioso (a)	67	132	179	149	51
	11.6%	22.8%	30.9%	25.7%	8.8%
12. Estimulado (a)	64	143	282	73	16
	11.0%	24.7%	48.6%	12.6%	2.8%
13. Decidido (a)	33	93	248	157	47
	5.7%	16.0%	42.8%	27.1%	8.1%
14. Atento (a)	32	91	232	178	45
	5.5%	15.7%	40.0%	30.7%	7.8%
15. Miedoso (a)	115	173	171	92	27
	19.8%	29.8%	29.5%	15.9%	4.7%
16. Activo (a)	30	105	260	140	43
	5.2%	18.1%	44.8%	24.1%	7.4%
17. Asustado (a)	141	173	178	70	16
	24.3%	29.8%	30.7%	12.1%	2.8%
18. Culpable	174	163	156	66	19
	30.0%	28.1%	26.9%	11.4%	3.3%
19. Alerta, Despierto (a)	42	119	266	126	25
	7.2%	20.5%	45.9%	21.7%	4.3%
20. Hostil	168	138	210	44	18
	29.0%	23.8%	36.2%	7.6%	3.1%

Valores: 1. Levemente; 2. Un poco; 3. Moderadamente; 4. Bastante; 5. Extremadamente".

Elaborado por: Gabriela Espín

Resultados del Test UCLA

El análisis de datos evidencia la prevalencia de la soledad en los estudiantes y subraya la necesidad de intervenciones institucionales que promuevan la formación de vínculos sociales significativos. La soledad percibida no solo afecta la calidad de vida de los estudiantes, sino que también influye en su desempeño académico y en su capacidad para integrarse de manera plena en la comunidad universitaria. Abordar este problema de manera integral contribuirá a mejorar el bienestar general y a reducir las experiencias de aislamiento que tantos estudiantes enfrentan.

La percepción de bienestar y soledad en los estudiantes evaluados a través del test UCLA resalta una interacción crucial entre el aislamiento social y la satisfacción emocional. Los datos evidencian que una proporción significativa de los estudiantes se siente desconectada de su entorno, con una recurrencia alta de respuestas en las categorías "Algunas veces" y "A menudo" en ítems clave como "¿Carezco de compañía?" y "¿Me siento aislado de los demás?". Estas percepciones reflejan no solo un distanciamiento físico, sino también una desconexión emocional que afecta profundamente su bienestar.

Los estudiantes que reportan sentirse alejados o sin compañía recurrentemente son más propensos a experimentar estrés emocional, inseguridad y una disminución en la satisfacción con su vida. Por otro lado, aquellos que manifestaron respuestas positivas en las categorías "Nunca" o "Raramente" demuestran que las redes sociales efectivas y el acceso a relaciones significativas son factores protectores que refuerzan el bienestar subjetivo y reducen la percepción de soledad.

Sin embargo, la prevalencia generalizada de respuestas negativas subraya la necesidad de intervenciones específicas para abordar esta desconexión, promoviendo entornos sociales inclusivos y estrategias que fortalezcan el sentido de pertenencia. La soledad percibida no solo afecta el bienestar emocional, sino que también limita la capacidad de los estudiantes para desarrollarse plenamente en el ámbito académico y social, evidenciando un desafío que debe ser enfrentado de manera integral.

Tabla 9. Resultados Test UCLA

Ítem	1	2	3	4
1. ¿Me siento bien con la gente que me rodea?	14 2.4%	73 12.6%	245 42.2%	246 42.4%
2. ¿Carezco de compañía?	92 15.9%	237 40.9%	185 31.9%	64 11.0%
3. ¿Me faltan personas a quienes recurrir?	125 21.6%	195 33.6%	176 30.3%	82 14.1%
4. ¿Me siento acompañado?	25 4.3%	99 17.1%	219 37.8%	235 40.5%
5. ¿Me siento parte de un grupo de amigos?	28 4.8%	85 14.7%	199 34.3%	266 45.9%
6. ¿Tengo mucho en común con la gente que me rodea?	21 3.6%	165 28.4%	259 44.7%	133 22.9%
7. ¿Estoy alejado de todos?	101 17.4%	241 41.6%	195 33.6%	41 7.1%
8. ¿Los que me rodean no participan de mis intereses e ideas?	75 12.9%	249 42.9%	216 37.2%	38 6.6%
9. ¿Soy una persona sociable?	24 4.1%	153 26.4%	251 43.3%	150 25.9%
10. ¿Hay gente de la que me siento muy cerca?	16 2.8%	121 20.9%	263 45.3%	178 30.7%
11. ¿Me siento dejado de lado?	115 19.8%	249 42.9%	168 28.9%	46 7.9%
12. ¿Mis relaciones sociales son superficiales?	128 22.1%	223 38.4%	188 32.4%	39 6.7%
13. ¿La gente no me conoce realmente bien?	32 5.5%	149 25.7%	258 44.5%	139 24.0%
14. ¿Me siento aislado de los demás?	121 20.9%	243 41.9%	170 29.3%	44 7.6%
15. ¿Puedo encontrar compañía cuando quiero?	26 4.5%	165 28.4%	257 44.3%	130 22.4%
16. ¿Hay gente que realmente me comprende?	26 4.5%	174 30.0%	258 44.5%	120 20.7%
17. ¿Me siento infeliz estando tan aislado?	126 21.7%	216 37.2%	184 31.7%	52 9.0%
18. ¿La gente está alrededor mío, pero no conmigo?	78 13.4%	224 38.6%	218 37.6%	58 10.0%
19. ¿Hay personas con las que puedo hablar?	15 2.6%	121 20.9%	232 40.0%	210 36.2%
20. ¿Hay personas a las que puedo recurrir?	15 2.6%	131 22.6%	221 38.1%	211 36.4%

Valores: 1. Nunca; 2. Raramente; 3. Algunas veces; 4. A menudo

Elaborado por: Gabriela Espín

Resultados del Test de Bienestar Psicológico

En términos generales, los resultados muestran que muchos estudiantes tienen percepciones positivas en aspectos clave del bienestar psicológico, como el establecimiento de metas, la autoevaluación y el control personal. Sin embargo, las respuestas también reflejan áreas de mejora, especialmente en la confianza en las propias opiniones, el manejo del estrés y la disposición para enfrentar nuevos retos.

Estas áreas son fundamentales, están directamente relacionadas con la percepción de bienestar y soledad.

La relación entre bienestar y soledad es evidente. Los estudiantes que se perciben a sí mismos como más capaces de manejar sus responsabilidades, establecer metas claras y enfrentar desafíos son menos propensos a experimentar soledad, tienen una mayor satisfacción personal y un sentido de conexión con su propósito de vida. Por el contrario, aquellos que enfrentan dificultades en estas áreas pueden sentir un mayor aislamiento, tanto emocional como social, lo que afecta negativamente su bienestar general.

Tabla 10. Test de Bienestar Psicológico

Ítem	1	2	3	4	5	6
1. ¿Tiendo a estar influenciado por la gente con ideas fuertes?	52 9.0%	101 17.4%	135 23.3%	179 30.9%	89 15.3%	20 3.4%
2. ¿Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias?	15 2.6%	44 7.6%	100 17.2%	181 31.2%	174 30.0%	62 10.7%
3. ¿Me juzgo por lo que yo creo que es importante?	14 2.4%	50 8.6%	99 17.1%	191 32.9%	170 29.3%	52 9.0%
4. ¿En general, siento que voy responsable de mi vida?	8 1.4%	27 4.7%	89 15.3%	177 30.5%	211 36.4%	65 11.2%
5. ¿Las demandas de la vida diaria a menudo me abruma?	20 3.4%	84 14.5%	131 22.6%	193 33.3%	111 19.1%	38 6.6%
6. ¿Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades?	10 1.7%	44 7.6%	92 15.9%	204 35.2%	182 31.4%	44 7.6%
7. ¿Disfruto haciendo planes para el futuro y tengo objetivos claros?	12 2.1%	32 5.5%	83 14.3%	193 33.3%	181 31.2%	71 12.2%
8. ¿Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida?	23 4.0%	29 5.0%	92 15.9%	182 31.4%	176 30.3%	74 12.8%
9. ¿No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida?	65 11.2%	153 26.4%	97 16.7%	147 25.3%	90 15.5%	23 4.0%
10. ¿Cuándo repaso la historia de mi vida estoy satisfecho?	13 2.2%	59 10.2%	104 17.9%	226 39.0%	135 23.3%	36 6.2%
11. ¿Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad?	12 2.1%	35 6.0%	81 14.0%	205 35.3%	182 31.4%	61 10.5%
12. ¿En muchos aspectos, me siento decepcionado con mis logros?	44 7.6%	143 24.7%	126 21.7%	158 27.2%	81 14.0%	24 4.1%
13. ¿No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza?	36 6.2%	99 17.1%	123 21.2%	197 34.0%	100 17.2%	20 3.4%
14. ¿Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos en mí?	16 2.8%	25 4.3%	84 14.5%	191 33.3%	179 30.9%	81 14.0%
15. ¿A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos?	58 10.0%	104 17.9%	102 17.6%	156 26.9%	108 18.6%	46 7.9%
16. ¿Pienso que es importante tener nuevas experiencias que me desafíen?	6 1.0%	26 4.5%	65 11.2%	184 31.7%	200 34.5%	93 16.0%
17. ¿Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje?	8 1.4%	19 3.3%	56 9.7%	174 30.0%	210 36.2%	107 18.4%
18. ¿Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer cosas nuevas?	48 8.3%	118 20.3%	115 19.8%	177 30.5%	90 15.5%	28 4.8%

Valores: 1. Completamente en desacuerdo; 2. En desacuerdo; 3. Parcialmente de acuerdo; 4. Parcialmente de acuerdo; 5. De acuerdo; 6. Completamente de acuerdo.

Elaborado por: Gabriela Espín

Análisis de estadísticos descriptivos

El análisis de los datos proporcionados refleja aspectos importantes sobre el bienestar subjetivo y psicológico de una muestra de 580 participantes. Las variables estudiadas abarcan dimensiones clave del bienestar humano, incluyendo Satisfacción con la vida, afecto positivo y negativo, niveles de soledad y componentes específicos del bienestar psicológico como autonomía, dominio del entorno, propósito de vida, autoaceptación, relaciones positivas y crecimiento personal. Estas medidas permiten construir una visión integral sobre el estado emocional y psicológico de los individuos, a partir de sus respuestas.

En términos generales, la satisfacción con la vida presenta un promedio de 22.88 con una desviación estándar de 5.61, lo que sugiere una variabilidad moderada en las percepciones de Satisfacción. La ligera asimetría negativa (-0.38) indica que una proporción mayor de participantes reporta niveles superiores al promedio, aunque sin alejarse significativamente de una distribución normal. La curtosis cercana a cero (-0.16) refuerza esta percepción, mostrando que los datos están distribuidos de manera similar a una curva normal. Este resultado implica que, en conjunto, los participantes tienden a experimentar niveles de satisfacción vital moderados a altos, con una dispersión suficiente para permitir diferencias individuales.

El nivel de soledad, medido a través de la escala UCLA, arroja un promedio de 54.08 con una desviación estándar similar a la de la Satisfacción con la vida (5.52). Sin embargo, la distribución se caracteriza por una asimetría más marcada (-1.07) y una curtosis elevada (5.37), lo que sugiere que la mayoría de los participantes reportan niveles bajos de soledad, mientras que pocos individuos presentan valores extremos elevados. Este patrón de concentración en torno a puntajes bajos puede ser indicativo de un contexto social favorable, donde las personas tienen acceso a relaciones interpersonales significativas y apoyo social.

En cuanto a los componentes afectivos, el afecto positivo presenta una media de 29.61 y una desviación estándar de 6.11, lo que refleja una experiencia emocional moderadamente positiva en la muestra. La distribución de este componente es prácticamente simétrica (-0.19) y con una curtosis cercana a la normalidad (0.28),

lo que sugiere que las experiencias emocionales positivas están distribuidas de manera homogénea. En contraste, el afecto negativo tiene una media más baja (25.79) y una desviación estándar mayor (7.17), lo que refleja una mayor variabilidad en las experiencias emocionales negativas. Este último componente presenta una distribución casi simétrica (0.05) y una curtosis algo más plana (-0.51), lo que indica una dispersión relativamente uniforme, sin concentraciones excesivas en torno a un valor central. Esta relación entre ambos tipos de afecto podría estar asociada con un balance emocional favorable en la mayoría de los participantes.

Las dimensiones del bienestar psicológico (RYFF) ofrecen información detallada sobre áreas específicas del funcionamiento personal. La autonomía presenta un promedio de 11.53 con una desviación estándar de 2.47, reflejando un nivel moderado de percepción de independencia personal. La asimetría negativa (-0.45) sugiere que más participantes reportan puntajes altos en esta dimensión, lo cual podría estar relacionado con un entorno que favorece la toma de decisiones autónomas. La curtosis positiva (0.64) indica cierta concentración de puntajes cerca de la media, lo que podría reflejar homogeneidad en las experiencias de autonomía.

El dominio del entorno, con una media de 12.10, se destaca por su asimetría (-0.53) y curtosis positiva (1.07), lo que indica que la mayoría de los participantes perciben un control considerable sobre su entorno y que esta dimensión está algo más concentrada en torno a valores altos. El propósito de vida, por su parte, tiene una media de 11.62 y presenta un patrón similar en cuanto a sesgo y curtosis, sugiriendo que las personas tienden a encontrar sentido y dirección en sus vidas, aunque con una concentración aún mayor en valores elevados.

La autoaceptación, con una media de 11.39, muestra una distribución cercana a la simetría (-0.28) y una curtosis moderadamente positiva (0.97). Este resultado es consistente con un nivel razonable de aceptación personal entre los participantes, aunque puede haber ciertas diferencias individuales importantes. Las relaciones positivas con los demás, con una media de 11.28, destacan por su distribución casi simétrica (-0.14) y una curtosis baja (0.14), lo que indica una variabilidad relativamente uniforme en esta dimensión. Finalmente, el crecimiento personal, con una media de 12.36, se caracteriza por un sesgo más pronunciado hacia valores

altos (-0.57) y una curtosis elevada (1.43), sugiriendo que muchos participantes reportan una percepción fuerte de desarrollo continuo.

De forma global, estos resultados ofrecen un panorama coherente sobre el bienestar emocional y psicológico de los estudiantes universitarios. Las medidas de Satisfacción con la vida y afecto positivo predominan sobre el afecto negativo, indicando un balance emocional general positivo. Las dimensiones del bienestar psicológico refuerzan esta impresión, con puntajes medios que reflejan niveles moderados a altos de bienestar en términos de autonomía, propósito de vida y crecimiento personal.

Tabla 11. Estadísticos descriptivos para el Análisis de Bienestar y Soledad

		Desviación		Asimetría		Curtosis	
		Media	Estándar				
UCLA	Nivel de soledad	54,08	5,52	-1,07	0,10	5,37	0,20
SWLS	Satisfacción de vida	22,88	5,61	-0,38	0,10	-0,16	0,20
PANAS	Afecto positivo	29,61	6,11	-0,19	0,10	0,28	0,20
	Afecto negativo	25,79	7,17	0,05	0,10	-0,51	0,20
RYFF	Autonomía	11,53	2,47	-0,45	0,10	0,64	0,20
	Dominio del entorno	12,10	2,20	-0,53	0,10	1,07	0,20
	Propósito de vida	11,62	2,10	-0,47	0,10	1,42	0,20
	Autoaceptación	11,39	2,03	-0,28	0,10	0,97	0,20
	Relaciones positivas con los demás	11,28	2,38	-0,14	0,10	0,14	0,20
	Crecimiento personal	12,36	2,18	-0,57	0,10	1,43	0,20

Elaborado por: Gabriela Espín

Análisis de Normalidad Kolmogórov-Smirnov

El análisis de la normalidad realizado mediante el test de Kolmogórov-Smirnov en una muestra de 580 participantes indica en todos los casos, los valores de significancia (p) obtenidos son iguales a 0.0000, lo que indica que son menores al nivel de significancia convencional de 0.05. Según los resultados, se rechaza la hipótesis nula del test, la cual postula que las variables presentan una distribución normal. Esto significa que ninguna de las variables estudiadas sigue una distribución normal en esta muestra.

Los resultados del test confirman que las variables analizadas no presentan una distribución normal en la muestra de estudiantes. Por tanto, para evaluar las relaciones entre estas variables, la correlación de Spearman es el método estadístico más adecuado, se adapta a la naturaleza no normal de los datos y

permite obtener resultados más fiables y precisos. Este enfoque garantiza un análisis riguroso de las relaciones entre la percepción del bienestar, los afectos, y la soledad en esta población.

Tabla 12. Análisis de Normalidad Kolmogórov-Smirnov

Pruebas		Estadístico	Sig.
SWLS	Satisfacción de vida	0,07	0,000
UCLA	Nivel de soledad	0,07	,000
PANAS	Afecto positivo	0,05	,000
	Afecto negativo	0,05	,000
RYFF	Autonomía	0,13	,000
	Dominio del entorno	0,14	,000
	Propósito de vida	0,12	,000
	Autoaceptación	0,13	,000
	Relaciones positivas con los demás	0,11	,000
	Crecimiento personal	0,16	,000

Elaborado por: Gabriela Espín

Análisis correlacional

El análisis de las correlaciones entre los instrumentos SWLS, UCLA, PANAS y RYFF permite observar cómo se relacionan las dimensiones clave del bienestar y la soledad en los estudiantes universitarios de Tungurahua. En términos generales, las relaciones entre las variables evidencian patrones significativos que enriquecen nuestra comprensión de la interacción entre el bienestar subjetivo, los afectos, y las percepciones de soledad.

La Satisfacción con la vida, medida mediante el instrumento SWLS, presenta una relación positiva moderada con el afecto positivo ($r = 0.31$), lo cual es coherente con la idea de que las emociones positivas son un componente central del bienestar subjetivo. Los estudiantes que experimentan frecuentemente emociones como alegría, entusiasmo o energía tienen una mayor probabilidad de reportar niveles altos de Satisfacción vital.

Por otro lado, la relación inversa con el afecto negativo ($r = -0.17$) refleja que las emociones negativas disminuyen la percepción general de bienestar, lo que destaca la importancia del balance emocional en esta población. Sin embargo, la correlación baja con el nivel de soledad ($r = 0.02$) sugiere que la Satisfacción con la vida no está directamente influida por la percepción de soledad, lo que podría interpretarse como un indicador de que los factores que determinan la satisfacción

vital en los estudiantes son más amplios y no dependen exclusivamente de la interacción social.

El nivel de soledad, evaluado con el instrumento UCLA, muestra relaciones interesantes con otras dimensiones psicológicas. Existe una correlación negativa con las relaciones positivas con los demás ($r = -0.10$), lo que refuerza la idea de que quienes perciben soledad suelen tener dificultades para establecer o mantener vínculos sociales significativos. Sin embargo, las correlaciones positivas con dimensiones como la autonomía ($r = 0.17$) y el propósito de vida ($r = 0.16$) son indicativas de que, para algunos estudiantes, la soledad puede estar asociada con un mayor desarrollo de la independencia y la búsqueda de un sentido personal. Estos resultados podrían reflejar diferencias individuales en cómo se interpreta y maneja la soledad; mientras que para algunos representa un desafío, para otros puede ser una oportunidad para el crecimiento personal.

En el caso de los afectos, evaluados a través del PANAS, el afecto positivo correlaciona significativamente con diversas dimensiones del bienestar psicológico. Las relaciones con el propósito de vida ($r = 0.16$) y la autoaceptación ($r = 0.11$) son particularmente destacables, lo que sugiere que las emociones positivas no solo mejoran el bienestar inmediato, sino que también se asocian con una percepción más duradera de sentido y aceptación personal. En cambio, el afecto negativo muestra una relación negativa con la satisfacción con la vida y no presenta correlaciones significativas con otras dimensiones, lo que puede indicar que, aunque las emociones negativas impactan el bienestar general, su efecto es más limitado y se concentra en áreas específicas del bienestar.

El instrumento RYFF, que mide diversas dimensiones del bienestar psicológico, aporta un análisis más profundo de los componentes individuales del bienestar. La autonomía, el propósito de vida y el crecimiento personal muestran correlaciones significativas con el afecto positivo, destacando que las emociones positivas están estrechamente ligadas al desarrollo y la realización personal. La autoaceptación también correlaciona positivamente con el afecto positivo ($r = 0.11$), lo que subraya que la percepción de bienestar interno está influenciada por la capacidad de experimentar emociones agradables. En cuanto a las relaciones positivas, la

correlación negativa con el afecto negativo ($r = -0.12$) evidencia que las emociones negativas pueden obstaculizar la formación de vínculos interpersonales.

Estos resultados permiten concluir que la percepción del bienestar en los estudiantes universitarios está profundamente influenciada por factores emocionales y psicológicos, mientras que la soledad, aunque relacionada con algunas dimensiones específicas del bienestar, no tiene un impacto directo sobre la satisfacción vital. Este análisis resalta la importancia de promover un balance emocional positivo y fomentar el desarrollo personal para mejorar la percepción general de bienestar, mientras se abordan las necesidades sociales de los estudiantes de manera diferenciada. La integración de estas dimensiones en programas educativos y de apoyo podría contribuir significativamente a la mejora del bienestar en esta población.

Tabla 13. Análisis correlacional

		RYFF									
		UCLA	SWLS	AP	AN	Autonomía	Dominio del entorno	Propósito de vida	Autoaceptación	Relaciones positivas con los demás	Crecimiento personal
UCLA	Nivel de soledad	1	0,02	0,16**	0,17**	0,17**	0,21**	0,16**	0,10**	0,10	0,12**
SWLS	Satisfacción de vida		1	0,31**	-0,17**	0,14**	0,08*	0,16**	0,17**	-0,09*	0,09*
PANAS	Afecto positivo			1	-0,06	0,12**	0,05	0,16**	0,11**	-0,12**	0,02
	Afecto negativo				1	-0,06	-0,02	-0,04	0,00	0,12**	0,00
RYFF	Autonomía					1		0,29**	0,21**	0,09*	0,22**
	Dominio del entorno						1	0,40**	0,32**	0,22**	0,28**
	Propósito de vida							1	0,49**	0,20**	0,20**
	Autoaceptación								1	0,25**	0,30**
	Relaciones positivas con los demás									1	0,38**
	Crecimiento personal										1

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral)

Elaborado por: Gabriela Espín

Los resultados del análisis correlacional reflejan que el bienestar subjetivo y psicológico en los estudiantes universitarios de Tungurahua está influenciado por factores emocionales, relacionales y de desarrollo personal. Se destaca que la satisfacción con la vida presenta una relación positiva moderada con el afecto positivo, lo que sugiere que experimentar emociones agradables favorece una percepción más positiva de la vida. Sin embargo, la soledad, medida por la escala UCLA, no muestra una relación directa con la satisfacción vital, lo que indica que su impacto en el bienestar general puede depender de otros factores individuales o contextuales.

Por otro lado, las dimensiones del bienestar psicológico de Ryff, como autoaceptación, propósito de vida y crecimiento personal, presentan relaciones significativas con el afecto positivo, resaltando su papel en el desarrollo de una percepción estable y duradera del bienestar. Además, la correlación negativa entre el afecto negativo y las relaciones positivas con la demás evidencia que las emociones negativas pueden afectar la capacidad de establecer vínculos interpersonales. En conjunto, estos hallazgos subrayan la necesidad de intervenciones que promuevan un equilibrio emocional positivo y fortalezcan el desarrollo personal para mejorar la calidad de vida de los estudiantes, abordando la soledad desde un enfoque diferenciado y complementario.

CONCLUSIONES

- La percepción de bienestar y la soledad en estudiantes universitarios son constructos teóricos interrelacionados que reflejan tanto dimensiones emocionales como sociales. El bienestar se fundamenta en factores como el apoyo social, la autorrealización y la regulación emocional, mientras que la soledad, que puede manifestarse como emocional o social, se asocia a la calidad de las relaciones interpersonales y la integración en redes de apoyo. La soledad emocional, derivada de la falta de vínculos significativos, afecta negativamente el bienestar subjetivo, mientras que la soledad social, relacionada con la desconexión del entorno, refuerza esta problemática. Ambos aspectos resaltan la necesidad de abordar estas variables de manera integral para fortalecer el bienestar y la salud mental en el entorno estudiantil.
- En la Escala de Soledad de UCLA, se llega a la conclusión de que los estudiantes universitarios reportan niveles altos de soledad, con un promedio de 54.08. La desviación estándar de 5.52 indica que, si bien existe cierta uniformidad en las respuestas, algunos estudiantes experimentan este fenómeno de manera más intensa que otros, dentro de un rango definido de puntuaciones.
- El análisis de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) permite concluir que los estudiantes universitarios presentan niveles moderados de satisfacción vital, con un promedio de 22.88. Esto sugiere que, dentro del grupo estudiado, la percepción general sobre su calidad de vida es positiva, aunque con espacio para variaciones individuales, como lo evidencia la desviación estándar de 5.61, que refleja una dispersión moderada en las respuestas.
- El análisis de PANAS de Afecto Positivo concluye que los estudiantes universitarios tienen niveles intermedios a altos de emociones positivas, con una media de 29.61. La desviación estándar de 6.11 muestra que hay una variabilidad significativa en la experiencia emocional positiva entre los individuos, lo que refleja diferencias marcadas dentro del grupo.

- En cuanto a la Escala RYFF de Autonomía, se concluye que los estudiantes universitarios tienen niveles bajos de percepción de autonomía, con un promedio de 11.53. La baja desviación estándar de 2.47 indica que las respuestas tienden a ser consistentes, sugiriendo que la mayoría de los estudiantes comparten percepciones similares sobre su capacidad de autodeterminación.
- De acuerdo a los resultados del análisis correlacional se concluye que la satisfacción con la vida presenta una relación moderada con el afecto positivo ($r = 0.31$, $p < 0.01$), lo que indica que mayores niveles de emociones positivas están asociados con una mayor percepción de bienestar subjetivo. Asimismo, la satisfacción con la vida tiene una correlación negativa baja con el afecto negativo ($r = -0.17$, $p < 0.01$), reflejando que las emociones negativas influyen de manera limitada en esta percepción. La relación con la autonomía ($r = 0.14$, $p < 0.01$) también es baja, lo que sugiere que la capacidad de autodeterminación, aunque significativa, tiene un impacto menor en los niveles generales de satisfacción con la vida.
- La soledad muestra correlaciones bajas con el afecto positivo ($r = 0.16$, $p < 0.01$) y el afecto negativo ($r = 0.17$, $p < 0.01$), lo que indica que, aunque las emociones pueden variar en función de la percepción de aislamiento social, la relación es débil. De manera similar, la correlación entre la soledad y la autonomía ($r = 0.17$, $p < 0.01$) es limitada, lo que refleja que estas dimensiones no están fuertemente interrelacionadas. Por otro lado, el afecto positivo tiene relaciones débiles con el propósito de vida ($r = 0.16$, $p < 0.01$) y la autoaceptación ($r = 0.11$, $p < 0.01$), mientras que el afecto negativo solo muestra una correlación baja con las relaciones positivas ($r = 0.12$, $p < 0.01$), evidenciando que estas variables tienen asociaciones significativas, pero de baja magnitud.
- Las correlaciones bajas y moderadas observadas en este análisis son consistentes con la naturaleza multifactorial de las variables psicológicas estudiadas, donde múltiples factores individuales y contextuales pueden influir simultáneamente. La autonomía muestra una correlación moderada

con el dominio del entorno ($r = 0.40$, $p < 0.01$), lo que indica una relación más relevante en términos de control percibido sobre el ambiente. Sin embargo, las asociaciones con el propósito de vida ($r = 0.29$, $p < 0.01$) y la autoaceptación ($r = 0.21$, $p < 0.01$) son bajas, reflejando que, aunque estas dimensiones están interrelacionadas, las influencias externas y las diferencias individuales diluyen la fuerza de estas relaciones en esta población de estudiantes universitarios. En conjunto, los resultados destacan que las asociaciones entre las variables son significativas, aunque de magnitud limitada, debido a la complejidad de los factores que contribuyen al bienestar psicológico en esta población.

RECOMENDACIONES

- Dado que la percepción de bienestar y la soledad están interrelacionadas y reflejan tanto dimensiones emocionales como sociales, se recomienda diseñar e implementar programas integrales de promoción de la salud mental que aborden simultáneamente el fortalecimiento de las redes de apoyo social, la mejora de las habilidades de autorregulación emocional y la promoción de actividades que fomenten el desarrollo de vínculos significativos en la comunidad universitaria.
- Se recomienda que, considerando los niveles moderados de satisfacción con la vida, los altos niveles de soledad, los niveles intermedios de emociones positivas y los bajos niveles de autonomía, desarrollar intervenciones psicoeducativas centradas en el fortalecimiento del sentido de propósito, el desarrollo de habilidades de autonomía y la mejora de la gestión emocional. Estas estrategias deben adaptarse a las necesidades específicas de los estudiantes para fomentar un mayor bienestar subjetivo y reducir las percepciones de soledad.
- Basado en las correlaciones bajas y moderadas observadas entre las variables estudiadas, se recomienda fomentar investigaciones futuras que profundicen en los factores contextuales e individuales que influyen en estas relaciones. Además, se sugiere implementar evaluaciones continuas y longitudinales que permitan identificar los cambios en el bienestar psicológico y emocional de los estudiantes a lo largo del tiempo, con el fin de adaptar las estrategias de intervención de manera más efectiva.

BIBLIOGRAFÍA

- Alsubaie, M., Stain, H., Webster, L., & Wadman, R. (2019). The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(4), 484-496. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1568887>
- Arslan, G., & Coşkun, M. (2022). Coronavirus-related stressors, resilient mindset, loneliness, depressive symptoms in college students: Testing a moderated mediation model. *Psychological Reports*, 127(4), 1633-1651. <https://doi.org/10.1177/003329412211139>
- Atienza, L., Pons, D., Balaguer, I., & Garcia, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. . *Psicothema*, 12(2), 314–319. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/6156>
- Atienza, L., Pons, D., Balanguer, I., & García, M. (2000). Satisfaction with Life Scale: Analysis of factorial invariance across sexes. *Personality and Individual Differences*, 29(5), 995–1003. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00248-2](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00248-2)
- Awadalla, S., Davies, B., & Glazebrook, C. (2020). A longitudinal cohort study to explore the relationship between depression, anxiety and academic performance among Emirati university students. *BMC Psychiatry*, 20, 28-54. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02854-z>
- Beller, J., & Wagner, A. (2020). Loneliness, social isolation, and health in a collectivist society: A cross-cultural analysis. *Journal of Aging and Health*, 32(7-8), 1025-1038. <https://doi.org/10.1177/0898264320943336>
- Blasco, A., & Alsinet, C. (2022). The architecture of psychological well-being: A network analysis study of the Ryff Psychological Well-Being Scale. *Scandinavian journal of psychology*, 63(3), 199-207. <https://doi.org/10.1111/sjop.12795>

- Blasco, M., & Alsinet, C. (2022). Dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes universitarios: Un análisis en situaciones de estrés. *Revista de Psicología Aplicada*, 14(2), 55-69. <https://doi.org/10.1080/11356322.2022.1274910>
- Bojórquez, C., Quintana, A., & Coronado, A. (2020). El sentimiento de soledad y su relación con la ideación suicida en estudiantes universitarios. , 8(2),. *Inclusiones: Revista de Humanidades y Ciencias Sociales*, 8(2), 80-94. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7728368>
- Cassaretto, M., Martínez, P., & Tavera, M. (2020). Aproximación a la salud y bienestar en estudiantes universitarios: Importancia de las variables sociodemográficas, académicas y conductuales. *Revista de Psicología*, 38(2), 499-528. <https://doi.org/10.18800/psico.202002.010>
- Chávez, H., & Rodríguez, A. (2020). *Satisfacción familiar, dependencia emocional y sentimiento de soledad en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana*. Lima: Universidad San Ignacio de Loyola.
- Chow, P. (2020). Predicting academic success and psychological well-being: A study of university students in Hong Kong. , 79(1),. *Higher Education*, 79(1), 59-78. [10.1007/s10734-019-00399-9](https://doi.org/10.1007/s10734-019-00399-9)
- Çiçek, I. (2021). 2021). Mediating role of self-esteem in the association between loneliness and psychological and subjective well-being in university students. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 8(2), 83-97. <https://doi.org/10.33200/ijce>
- Cobo, R., López, Y., Pérez, M., & Díaz, A. (2020). Perceived social support and its effects on changes in the affective and eudaimonic well-being of Chilean university students. , 11, Article 590513. *Frontiers in Psychology*, 11, 590513. [10.3389/fpsyg.2020.590513](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.590513)

- Coria, J., Lopéz, P., & Barrera, M. (2020). Life satisfaction in Chilean university students: An analysis by gender and socioeconomic level. *Anuario de Psicología Universitaria*, 51(1), 15-24. <https://doi.org/10.1016/j.anps.2020.03.005>
- Cortés, M., Galindo, P., Sánchez, M., Jarauta, U., & Urchaga, J. (2023). Analysis of psychological well-being from a compositional data analysis perspective: A new approach. *Behavioral Sciences*, 13(11), 926. <https://doi.org/10.3390/bs13110926>
- Creswell, W., & Creswell, D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE Publications. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-417593-8.00009-7>
- Daudpota, B. (2021). Academic and adaptation challenges faced by international students: A case study of MUET, Jamshoro. *Journal of Literature, Languages and Linguistics*, 83(7), 45-50. <https://doi.org/10.7176/jlll/83-07>
- De-Juanes, A., Romero, B., & Goig, R. (2020). The relationship between psychological well-being and autonomy in young people according to age. *Frontiers in Psychology*, 11, 559976. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.559976>
- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Djerendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577. <https://doi.org/10.7334/psicothema2006.572>
- Diener, D., Emmons, A., Larsen, J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Dukhnovsky, A. (2019). The impact of social norms on loneliness and subjective well-being in Russian university students. *Herzen Journal of Psychology*, 7(2), 34-45. <https://doi.org/10.33910/herzenpsyconf-2019-2-22>
- Ekormes, S. (2021). Examining the relationship between university environment and students' academic resilience and life satisfaction. *Studies in Higher Education*, 46(2), 299-311. <https://doi.org/10.1080/07294360.2021.1882404>
- Ellard, O., Dennison, C., & Tuomainen, H. (2022). Interventions addressing loneliness amongst university students: A systematic review. *Child and Adolescent Mental Health.*, 28(4), 512-523. <https://doi.org/10.1111/camh.12614>
- El-Monshed, A., El-Adl, A., Ali, A., & Loutfy, A. (2021). University students under lockdown: The psychosocial effects and coping strategies during the COVID-19 pandemic. *Journal of American College Health*, 70, 679-690. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1891086>
- Extremiera, N., & Rey, L. (2020). The role of emotional intelligence in the mental health and life satisfaction of university students: The mediating role of perceived stress. , 17(6), Article . *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 1723. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051723>
- Fan, W. (2020). Subjective well-being and student development. *Mindfulness*, 10, 1294-1303. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190264093.013.900>
- Ferreira, C., Matos, I., Cardoso, L., Coimbra, M., & Oliveira, S. (2021). Can the lack of early memories of warmth and safeness explain loneliness and quality of life? A community sample study on young and middle-aged Portuguese adults. *Current Psychology*, 42(4), 2924-2931. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01649-z>

- Foulkes, L., Reddy, A., Westbrook, J., Newbronner, E., & McMillan, D. (2021). Social relationships within university undergraduate accommodation: a qualitative study. *Journal of Further and Higher Education*, 45(10), 1469-1482. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.1879745>
- García, D., Hernández, J., & Cobo, R. (2021). Emotional Intelligence and Academic Self-Efficacy in Relation to the Psychological Well-Being of University Students During COVID-19 in Venezuela. *Frontiers in Psychology*, 12, 759701. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.759701>
- García, E., Fernández, F., & Sánchez, R. (2020). Dimensiones afectivas en estudiantes universitarios: Una evaluación con la escala PANAS. *Psicología Universitaria*, 15(2), 29-45. <https://doi.org/10.1016/j.puni.2020.03.005>
- García, F., Martínez, I., Campos, G., & Arroyo, D. (2020). Impact of gender and relationship status on young people's autonomy and psychological wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 11, 1735.
- Ghiggia, A., Castelli, L., Adenzato, M., & Di Tella, M. (2023). Emotional competencies and psychological distress: Is loneliness a mediating factor? *Scandinavian Journal of Psychology*, 65((2), 359-368. <https://doi.org/10.1111/sjop.12987>
- Girmay, M., & Sing, K. (2019). Social isolation, loneliness, and mental and emotional well-being among international students in the United States. *International Journal of Translational Medical Research and Public Health*, 3(2), 75-84. <https://doi.org/10.21106/IJTMRP.82>
- Goodfellow, C., Hardoon, D., Inchley, J., Leyland, A., Qualter, P., Simpson, S., & Long, E. (2022). Loneliness and personal well-being in young people: Moderating effects of individual, interpersonal, and community factors. *Journal of Adolescence*, 94, 554-568. <https://doi.org/10.1002/jad.12046>
- Guevara, A., Martínez, G., & Ríos, V. (2019). Las pruebas estandarizadas. Usos escolares de sus resultados. *Ra Ximhai*, 15, 67-82. <https://doi.org/10.35197/rx.15.05.2019.04.ag>

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2021). *Metodología de la investigación* (Septima ed.). México: McGraw Hill.
- Herrera, R., Zambrano, J., Sánchez, V., & Naranjo, S. (2021). -Herrera, R., Zambrano-Estrella, J., Sánchez-Vélez, H., & Naranjo-Vaca, S. (2021). Salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos. , 19(1). *Pensamiento psicológico*, 19(1), 1-13. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI19.smue>
- Indra , D., Yusuf, M., & Hadiyanti, T. (2021). Psychological inflexibility, loneliness, and emotional well-being among university students during the COVID-19 pandemic. *Proust Journal of Psychology*, 4(2), 50-64. <https://doi.org/10.7454/proust.v4i2.100>
- Jahoda, M. (1958). *Current concepts of positive mental health*. New York: Basic Books.
- Jaud, J., Görig, T., Konkel, T., & Diehl, K. (2023). Loneliness in University Students during Two Transitions: A Mixed Methods Approach Including Biographical Mapping. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3334. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043334>
- Joshanloo, M. (2019). Investigating the relationships between subjective well-being and psychological well-being over two decades. *Emotion*, 19, 183-187. <https://doi.org/10.1037/emo0000414>
- Jovanović, V., & Joshanloo, M. (2021). The contribution of positive and negative affect to life satisfaction across age. *Applied Research in Quality of Life*, 17(2), 511-524. <https://doi.org/10.1007/s11482-020-09903-5>
- Kong, F., Ma, X., You, X., & Xiang, Y. (2018). The resilient brain: Psychological resilience mediates the effect of amplitude of low-frequency fluctuations in orbitofrontal cortex on subjective well-being in young healthy adults. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 13(8), 755-763. <https://doi.org/10.1093/scan/nsy045>

- Krendl, A. (2021). Changes in stress predict worse mental health outcomes for college students than does loneliness; evidence from the COVID-19 pandemic. *Journal of American College Health*, 71, 40-43. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1887198>
- Laurent, C., Allen, G., McNeely, E., Dominici, F., & Spengler, J. (2019). Influence of the Residential Environment on Undergraduate Students' Health. *Journal of Exposure Science & Environmental Epidemiology*, 30, 320-327. <https://doi.org/10.1038/s41370-019-0196-4>
- Leigh, N., Baggulev, D., Bash, K., Turner, V., Turnbull, S., Valtorta, N., & Caan, W. (2017). An overview of systematic reviews on the public health consequences of social isolation and loneliness. *Public Health*, 152, 157-171. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2017.07.035>
- Levin, A. (2006). Study design III: Cross-sectional studies. (7, Ed.) *Evidence-Based Dentistry*, 24–25. <https://doi.org/10.1038/sj.ebd.6400375>
- Li, H., Zhang, Z., & Sun, J. (2022). Academic stress and psychological well-being among college students: The role of social support. *Frontiers in Public Health*, 10, 917581. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.917581>
- Limarruti, A., Maier, M., & Mir, E. (2021). Exploring loneliness and students' sense of coherence (S-SoC) in the university setting. *Current Psychology*, 42(1), 9270-9281. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02016-8>
- Lozano, J., Rodríguez, F., Pacheco, B., & Recéndez, P. (2019). Bienestar material y autodeterminación en la calidad de vida en estudiantes universitarios. *Revista de Operaciones Tecnológicas*, 7(3), 27-30. <https://doi.org/10.35429/jcp.2019.7.3.27.30>
- Manchiraiu, S. (2020). Psychometric evaluation of Ryff's Scale of psychological well-being in self-identified American entrepreneurs. *Journal of Business Venturing Insights*, 14, e00204. <https://doi.org/10.1016/j.jbvi.2020.e00204>

- Moeller, W., & Seehuus, M. (2019). Loneliness as a mediator for college students' social skills and experiences of depression and anxiety. *Journal of Adolescence*, 73, 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.03.006>
- Moore, C., Durrant, B., & Smith, W. (2018). Data set representativeness during data collection in three UK social surveys: Generalizability and the effects of auxiliary covariate choice. *Journal of the Royal Statistical Society: Series A (Statistics in Society)*, 181(4), 229-248. [10.1111/rssa.12256](https://doi.org/10.1111/rssa.12256)
- Moreta, R., López, C., Gordón, P., Ortiz, W., & Gaibor, I. (2018). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y social como predictores de la salud mental en ecuatorianos. *Actualidades en psicología*, 32(1), 112-126. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-35352018000100112
- Moreta, R., Perdomo, M., Reyes, C., Gavilanez, D., Rodas, A., & Rodríguez, A. (2023). Analysis from the classical test theory and item response theory of the Satisfaction with Life Scale (SWLS) in an Ecuadorian and Colombian sample. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 34(5), 739–751. <https://doi.org/10.1080/10911359.2023.2>
- Moreta, R., Perdomo, M., Reyes, C., Torres, C., & Ramírez, G. (2021). Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS) en universitarios de Colombia y Ecuador. *Anuario de Psicología/The UB Journal of Psychology*, 51(2), 76-85. <https://doi.org/10.1344/anpsic2021.51.9>
- Moreta, R., Reyes, C., Villagrán, L., Gaibor, I., & López, J. (2021). Estructura factorial del Cuestionario Bienestar Psicológico de Ryff en una muestra de universitarios ecuatorianos. *Revista de Psicología (Santiago)*, 30(1), 32-43. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2021.58085>
- Nakao, K. (2021). Attachment anxiety and mental health: The mediating role of loneliness among Japanese university students during the COVID-19 pandemic. *Japanese Journal of Psychology*, 92(2), 120-135. <https://doi.org/10.4992/jjpsy.92.20320>

- Nazzal, I., Cruz, O., & Neto, F. (2020). Psychological predictors of loneliness among Palestinian university students in the West Bank. *Transcultural Psychiatry*, 57, 688-697. <https://doi.org/10.1177/1363461519857298>
- O'Dea, B., & Stem, A. (2022). The impact of cultural adjustment on loneliness among international students in the UK. *Qualitative Research in Education*, 11(2), 105-118. <https://doi.org/10.17583/qre.10205>
- Omar, M., Bahaman, A., Lubis, F., Ahmad, S., Ibrahim, F., Azis, S., & Tamuri, A. (2020). Perceived academic stress among students in Universiti Teknologi Malaysia. *Proceedings of the International Conference on Social Sciences and Humanities, ICOSD 2019*, 115-124. <https://doi.org/10.2991/ASSEHR.K.200921.021>
- Ortiz, C., Pérez, M., & Jácome, M. (2021). Factores determinantes del bienestar financiero y su relación con la calidad de vida en profesionales de Guayaquil. *Revista de Psicología y Salud*, 6(1), 55-73. <https://doi.org/10.1080/1091135>
- Ousman, Y., & Nazir, T. (2023). Loneliness among university students as a growing concern. *Journal of Family, Counseling and Education.*, 8(2), 85-99. <https://doi.org/10.32568/jfce.1312556>
- Özdoğan, A. (2021). Subjective well-being and social-emotional loneliness of university students: The mediating effect of the meaning of life. *Journal of Pedagogical Research*, 5(2), 134-145. <https://doi.org/10.33902/JPR.2021066865>
- Pinto, M., Caballero, D., Sales, D., & Fernandez, R. (2020). MOBILE-APPS questionnaire: Developing and validating a scale to measure the attitudes and perceptions of undergraduate students on mobile information literacy. (52, Ed.) *Journal of Librarianship and Information Science*, 1063–1072. <https://doi.org/10.1177/096>

- Prieto, G., & Delgado, R. (2009). La escala de soledad de UCLA: Fiabilidad y validez en una muestra española. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 90(3), 159-179. <https://doi.org/10.2307/20029922>
- PUCESA / UTA. (2024). Número de alumnos matriculados en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato (PUCESA) & Universidad Técnica de Ambato (UTA). (2024). . Datos no publicados
- Putri, M., & Lutfianawiti, D. (2023). Perceptions of higher education service quality have a significant influence on predictors of student subjective well-being. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama*, 15(2). <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v15i2.3938>
- Quadt, L., Espósito, G., Critcheley, H., & Garfinkel, S. (2020). Brain-body interactions underlying the association of loneliness with mental and physical health. & Biobehavioral Reviews,. *Neuroscience*, 116, 283-300. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.06.015>
- Russell, D., Peplau, A., & Ferguson, L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290–294. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4203_11
- Russell, W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20-40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Ryan, G. (2019). Post-positivist approaches to research. *Nurse Researcher*, 26(5), 41-49. <https://doi.org/10.7748/nr.2019.e1590>
- Ryff, D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, D., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>

- Salkind, J. (2017). *(Statistics for people who (think they) hate statistics. ,. SAGE Publications).*
- Sandín, B., Chorot, P., Lostao, L., Joinier, E., & Valiente, M. (1999). Escalas PANAS de afecto positivo y negativo: Validación factorial y convergencia con las medidas de depresión y ansiedad. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 4(1), 1-15. [https://doi.org/10.1016/S1136-5420\(99\)70003-4](https://doi.org/10.1016/S1136-5420(99)70003-4)
- Santini, I., Jose, E., Comwell, Y., Koyanagi, A., Nielsen, L., & Hinrichsen, C. (2021). Social disconnectedness, perceived isolation, and symptoms of depression and anxiety among adolescents in the United States. *American Journal of Public Health*, 111(9), 1627-1636. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2021.306334>
- Sapmaz, F. (2023). Predictors of Subjective Well-Being: Interpersonal Sensitivity, Close Relationship Experiences and Academic Self-Concept. *The Universal Academic Research Journal*, 5(4), 390-405. <https://doi.org/10.55236/tuara.1355458>
- Savchenko, O., & Kaliuk, O. (2022). Diagnostic methodology of the cognitive aspects of subjective well-being. *Організаційна психологія Економічна психологія*, 1(25), 89-101. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.10>
- Sedláková, E., & Křeménková, L. (2019). Social support among university students. *EDULEARN19 Proceedings*, 9449-9455. <https://doi.org/10.21125/edulearn.2019.2351>
- Seemann, A. (2022). The psychological structure of loneliness. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1061. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031061>
- Smith, L. (2019). Academic resilience and student well-being in higher education. In M. Shankland & C. Rosset (Eds.), (pp. 113-131). Springer. *Positive Psychology Interventions in Practice*, 113-131. https://doi.org/10.1007/978-3-030-32423-0_3

- Torres, C., Moreta, R., Ramos, M., & López, J. (2020). Sesgo cognitivo de optimismo y percepción de bienestar en una muestra de universitarios ecuatorianos. , 29(1), 61-72. *Revista Colombiana de Psicología*, 29(1), 61-72. <https://doi.org/10.15446/rcp.v29n1.75853>
- Toscano, M., Ruiz, C., Fagundo, J., Gómez, J., & García, J. (2020). Emotional Intelligence and Its Relationship with Emotional Well-Being and Academic Performance: The Vision of High School Students. *Children*, 7(12), 310. <https://doi.org/10.3390/children7120310>
- Ubago, J., Cepero, M., Martínez, A., & Chacón, F. (2021). Linking Emotional Intelligence, Physical Activity and Aggression among Undergraduates. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23), 12477. <https://doi.org/10.3390/ijerph182312477>
- Vasileiou, K., Barnett, J., Thorpe, S., & Young, T. (2019). The experiences of loneliness associated with being an undergraduate university student: A qualitative approach. *Mental Health & Prevention*, 15, 200-212. <https://doi.org/10.1016/J.MHP.2018.11.002>
- Vences, K., Márquez, J., & Cardoso, D. (2023). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios de nuevo ingreso. , 13(26). *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 13(26), e428. <https://doi.org/10.23913/ride.v13i26.1385>
- Vizhñay, S., & Mogrovejo, J. (2024). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios del Ecuador. . *MQRInvestigar*, 8(4), 1700-1724. <http://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/1879>
- Voukelatou, V., Gabrielli, L., Miliou, I., Cresci, S., Sharma, R., Tesconi, M., & Pappalardo, L. (2020). Measuring objective and subjective well-being: Dimensions and data sources. *International Journal of Data Science and Analytics*, 1–31. <https://doi.org/10.1007/s41060-020-00224-2>

- Watson, D., Clark, A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063–1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>
- Wenig, V., Heumann, E., Stock, C., Busse, H., Negash, S., Pischke, C., & Heinrichs, K. (2023). Associations of loneliness with mental health and with social and physical activity among university students in Germany: Results of the COVID-19 German student well-being study (C19 GSWS). *Frontiers in Public Health*, 11, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1284460>
- Werner, A., Tibubos, A., Mülder, L., Reichel, L., Schäfer, M., Heller, S., & Beutel, M. (2021). The impact of lockdown stress and loneliness during the COVID-19 pandemic on mental health among university students in Germany. *Scientific Reports*, 11(1), 22637. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-02024-5>
- Yang, C., & Yang, P. (2022). Effect of College Students' Academic Stress on Anxiety Under the Background of the Normalization of COVID-19 Pandemic: The Mediating and Moderating Effects of Psychological Capital. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.880179>

ANEXOS

Anexo .1 Índice de Tablas

Tabla 1.	Caracterización de la Muestra	39
Tabla 2.	Frecuencias de Universidades	43
Tabla 3.	Frecuencias de Carreras	43
Tabla 4.	Frecuencias de Niveles	44
Tabla 5.	Edad de los estudiantes encuestados	45
Tabla 6.	Ciudad donde reside	46
Tabla 7.	Resultados del Test Satisfacción con la Vida	53
Tabla 8.	Resultados del Test PANAS.....	54
Tabla .9	Resultados Test UCLA	56
Tabla 10.	Test de Bienestar Psicológico	57
Tabla 11.	Estadísticos descriptivos para el Análisis de Bienestar y Soledad	60
Tabla 12.	Análisis de Normalidad Kolmogorov-Smirnov ^a	61
Tabla 13.	Análisis correlacional	63

Anexo 2. Índice de Figuras

Figura 1. Sexo de los estudiantes	45
Figura 2. Sector del domicilio	46
Figura 3. Identificación étnica	47
Figura 4. Estado civil	48
Figura 5. Con quien vive actualmente	49
Figura 6. Rendimiento Académico.....	50
Figura 7. Situación Socioeconómica Familiar	51
Figura 8. Situación Educativa / Laboral	52

Anexo 3. Instrumentos



PROYECTO DE INVESTIGACIÓN: PERCEPCION DE BIENESTAR Y SOLEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE TUNGURAHUA BATERIAS DE EVALUACIÓN SOCIODEMOGRÁFICA Y PSICOLÓGICAS

INFORMACIÓN ACADÉMICA

Fecha de evaluación: _____

Universidad: _____

Carrera: _____

Nivel:

1ero____ 2do____ 3ero____ 4to____ 5to____ 6to____ 7mo____ 8vo____ 9no____
10mo____

INSTRUCCIONES

- Estos cuestionarios investigan algunos datos sociodemográficos, educativos y personales así como los niveles de la salud mental en estudiantes universitarios.
- Por favor lea cuidadosamente cada pregunta o enunciado y conteste con la verdad.
- No hay respuestas buenas o malas, por tanto, no se preocupe por calificaciones.
- NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SIN RESPONDER, si tiene alguna duda, con toda confianza pregunte y con mucho gusto le orientaremos.
- La información que proporcione será confidencial.

Agradecemos su participación.

No de vuelta a la hoja hasta que se le indique

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio de la presente, se solicita su autorización para su inclusión como participante en la investigación sobre la percepción de bienestar y soledad en estudiantes universitarios de Tungurahua.

La presente investigación se llevará a cabo en la ciudad de Ambato y es dirigida por el Mg. Rodrigo Moreta Herrera. El objetivo de esta investigación consiste en determinar la percepción de bienestar y soledad en estudiantes universitarios de Tungurahua.

En esta carta se pide a más de su consentimiento para participar en esta investigación, usar la información obtenida de su participación con fines científicos. En el caso de su aceptación, usted rellenará fichas de evaluación e instrumentos de medición entorno a las temáticas señaladas. La colaboración en este estudio no le quitará mucho de su tiempo. Su participación será anónima y su nombre no aparecerá ni en los instrumentos, ni en los informes de la investigación que se redactarán. Las encuestas llevarán un código desde el inicio que reemplazará a sus nombres. Los datos producidos por los instrumentos serán trasladados a una base electrónica y será usada para realizar diversos análisis que permitan responder a las preguntas formuladas en el proyecto de investigación. Con los análisis realizados se escribirán reportes de investigación y artículos científicos que serán publicados en revistas especializadas.

Le garantizamos la absoluta confidencialidad de la información. Además, usted podrá dejar de responder en cualquier momento este cuestionario si así lo desea, sin que por ello reciba sanción de ningún tipo. Así mismo, en caso de que lo estime pertinente usted puede recurrir al director de la investigación para resguardar sus derechos si usted percibiese que éstos han sido vulnerados en algún sentido.

☐ Autorizo ser encuestado para esta investigación.

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Lea detenidamente cada una de las indicaciones y complete la información requerida o marque con un "X" en la respuesta que corresponda.

INFORMACIÓN GENERAL

1. Edad: _____ 2. Sexo: Masculino _____ Femenino _____
 3. Ciudad de Procedencia: _____ 4. Ciudad Domicilio Actual: _____
 5. Sector del domicilio: Urbano _____ Rural _____
 6. Identificación Étnica:
Mestizo(a) _____ Indígena _____ Afro _____
Blanco(a) _____
 7. Estado Civil:
Soltero/a _____ Unión Libre _____ Casado/a _____ Separado/a _____ Divorciado/a _____ Viudo/a _____
 8. Identificación Religiosa:
Católico(a) _____ Cristiano(a)/Evangélico(a) _____ Testigo de Jehová _____
Mormón _____ Creyente identificación religiosa _____ Ateo _____ Otra
identificación _____ Cuál? _____
 9. Con quién vive actualmente:
Solo _____ Con mis padres _____ Otro _____
¿Cuál? _____
 10. Número de horas de sueño por noche: _____
 11. Número de veces al día que come: _____
 12. ¿Presenta algún cuadro psicológico diagnosticado? Si _____ ¿cuál? _____
No _____
- ### ESCOLARIDAD
13. Rendimiento Académico:
Sobresaliente _____ Muy Bueno _____ Bueno _____ Regular _____
Deficiente _____
 14. Repite nivel: Si _____ No _____
 15. Arrastra alguna materia: Si _____ No _____
 16. Previamente estudió otra carrera a la actual: Si _____ No _____
 17. Cuenta con beca de estudios: Si _____ ¿de qué tipo? _____ No _____

18. Situación socio-económica familiar:

Mala___ Regular___ Buena___ Muy
buena___

19. Situación académica y laboral del estudiante:

Estudio y no
trabajo___

¿Cuántos días trabaja por _____
semana?

Estudio y trabajo ___ ¿Cuántas horas trabaja por _____
día?

Por favor lea cuidadosamente cada una de las preguntas y según cómo se ha sentido usted durante el último mes responda encerrando en un círculo en la casilla que corresponda a su respuesta más parecida: SATISFACCION CON LA VIDA

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
--------------------------	---------------	--------------------	--------------------------------	-----------------	------------	-----------------------

#	Cuestionario	1	2	3	4	5	6	7
1	En la mayoría de los aspectos mi vida es como yo quiero que sea	1	2	3	4	5	6	7
2	Las circunstancias de mi vida son muy buenas	1	2	3	4	5	6	7
3	Estoy satisfecho con mi vida	1	2	3	4	5	6	7
4	Hasta ahora he conseguido de la vida cosas que considero importantes	1	2	3	4	5	6	7
5	Si pudiera vivir mi vida otra vez no cambiaría casi nada	1	2	3	4	5	6	7

A continuación, te presentamos varias palabras que describen diferentes sentimientos y emociones que tú has sentido en este último mes. Lee cada una de ellas y marca una respuesta. Recuerda que no hay respuestas correctas, ni incorrectas. Usa la siguiente escala:

PANAS

Levemente	Un poco	Moderadamente	Bastante	Extremadamente
1	2	3	4	5

#	Cuestionario	1	2	3	4	5
1	Interesado (a)	1	2	3	4	5
2	Irritable	1	2	3	4	5
3	Entusiasmado (a)	1	2	3	4	5
4	Tenso (a), con malestar	1	2	3	4	5
5	Disgustado (a), molesto (a)	1	2	3	4	5
6	Fuerte, enérgico (a)	1	2	3	4	5
7	Orgullosa (a)	1	2	3	4	5
8	Temerosa (a), atemorizada (a)	1	2	3	4	5
9	Avergonzada (a)	1	2	3	4	5
10	Inspirado (a)	1	2	3	4	5
11	Nervioso (a)	1	2	3	4	5
12	Estimulado (a)	1	2	3	4	5
13	Decidido (a)	1	2	3	4	5
14	Atento (a)	1	2	3	4	5
15	Miedoso (a)	1	2	3	4	5
16	Activo (a)	1	2	3	4	5
17	Asustado (a)	1	2	3	4	5
18	Culpable (a)	1	2	3	4	5
19	Alerta (a), despierto (a)	1	2	3	4	5
20	Hostil	1	2	3	4	5

A continuación, usted tiene 20 afirmaciones que pueden reflejar sus percepciones personales, marque según corresponda: UCLA

Nunca	Raramente	Algunas veces	A menudo
1	2	3	4

#	Cuestionario	1	2	3	4
1	Me siento bien con la gente que me rodea	1	2	3	4
2	Carezco de compañía	1	2	3	4
3	Me faltan personas a quienes recurrir	1	2	3	4
4	Me siento acompañado	1	2	3	4
5	Me siento parte de un grupo de amigos	1	2	3	4
6	Tengo mucho en común con la gente que me rodea	1	2	3	4
7	Estoy alejado de todos	1	2	3	4
8	Los que me rodean no participan de mis intereses e ideas	1	2	3	4
9	Soy una persona sociable	1	2	3	4
10	Hay gente de la que me siento muy cerca	1	2	3	4
11	Me siento dejado de lado	1	2	3	4
12	Mis relaciones sociales son superficiales	1	2	3	4
13	La gente no me conoce realmente bien	1	2	3	4
14	Me siento aislado de los demás	1	2	3	4
15	Puedo encontrar compañía cuando quiero	1	2	3	4
16	Hay gente que realmente me comprende	1	2	3	4
17	Me siento infeliz estando tan aislado	1	2	3	4
18	La gente está alrededor mío, pero no conmigo	1	2	3	4
19	Hay personas con las que puedo hablar	1	2	3	4
20	Hay personas a las que puedo recurrir	1	2	3	4

Por favor lea cuidadosamente cada una de las preguntas y según cómo se ha sentido usted durante el último mes responda encerrando en un círculo en la casilla que corresponda a su respuesta: BIENESTAR PSICOLOGICO

Completamente en desacuerdo		En desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Parcialmente de acuerdo	De acuerdo	Completamente de acuerdo			
1		2	3	4	5	6			
#	Cuestionario			1	2	3	4	5	6
1	Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones			1	2	3	4	5	6
2	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general			1	2	3	4	5	6
3	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes			1	2	3	4	5	6
4	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo			1	2	3	4	5	6
5	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen			1	2	3	4	5	6
6	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria			1	2	3	4	5	6
7	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad			1	2	3	4	5	6
8	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida			1	2	3	4	5	6
9	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida			1	2	3	4	5	6
10	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas			1	2	3	4	5	6
11	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad			1	2	3	4	5	6
12	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida			1	2	3	4	5	6
13	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza			1	2	3	4	5	6
14	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí			1	2	3	4	5	6
15	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones			1	2	3	4	5	6
16	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo			1	2	3	4	5	6
17	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento			1	2	3	4	5	6
18	Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida			1	2	3	4	5	6

Ambato, 11 de diciembre 2024

Doctora

Lucía Almeida

DIRECTORA ESCUELA DE PSICOLOGÍA

Presente.

De mi consideración.

Yo, Kelly Gabriela Espín Álvarez, con C.I. 1850241595, estudiante del octavo semestre de la carrera de Licenciatura en Psicología Clínica, solicito que se extienda un oficio dirigido al Mg. Santiago Paul Cabrera Anda, Decano de la Facultad de Ingeniería Civil y Mecánica de la Universidad Técnica de Ambato, para poder aplicar los siguientes reactivos a los estudiantes de la carrera de Ingeniería Civil, de primer semestre a noveno semestre. Los reactivos para aplicar son: la escala de satisfacción con la vida, la escala de soledad de la Universidad de California de Los Ángeles, la escala de afecto positivo y negativo PANAS, y la escala de bienestar psicológico. Esto permitirá desarrollar mi trabajo de titulación titulado "Percepción de bienestar y soledad en estudiantes universitarios de la provincia de Tungurahua". Los reactivos, así como el consentimiento informado, estarán adjuntos en el presente documento. Estos reactivos serán aplicados de manera virtual mediante Google Forms en el siguiente enlace:

<https://docs.google.com/forms/d/1MrjO5bx5z1EooyGulVw3x0oSo1UoFIAQKFTNmjlpyBA/edit>

Por la atención que se digne dar a esta solicitud, anticipo mi agradecimiento.

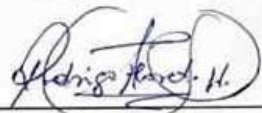
Cordialmente,



Srta. Kelly Gabriela Espín Álvarez

CI. 1850241595

ESTUDIANTE

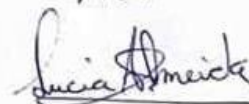


Mg. Carlos Rodrigo Moreta Herrera

C.I. 1802732063

DIRECTOR DE PROYECTO

Autorizado



11/12/2024



**Pontificia Universidad
Católica del Ecuador**
Seréis mis testigos

AMBATO

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

Ambato 12 de diciembre, 2024.
ES-621-2024

Magister

Santiago Cabrera

**DECANO DE LA FACULTAD DE INGENIERÍA CIVIL Y MECÁNICA
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

Presente

De mi consideración.

Reciba un cordial y atento saludo de quienes conformamos la Escuela de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato. Por medio del presente, le solicitamos de la manera más comedida su autorización para poder aplicar instrumentos de evaluación a todos los estudiantes de la carrera de Ingeniería Civil, de primer semestre a noveno de su institución, lo que le permitirá desarrollar el proyecto de investigación intitulado **"PERCEPCIÓN DE BIENESTAR Y SOLEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE TUNGURAHUA"**, el mismo que se encuentra en proceso de desarrollo por la estudiante **Kelly Gabriela Espín Álvarez**, estudiante de octavo semestre de la carrera de Psicología y dirigido por el tutor Mg. Rodrigo Moreta, la información que se obtenga de la aplicación de los instrumentos será utilizada para fines investigativos académicos.

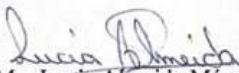
Se adjunta los instrumentos para que usted tenga pleno conocimiento de los mismos.

- Consentimiento informado
- Ficha sociodemográfica
- La escala de satisfacción con la vida.
- La escala de la soledad de la Universidad de California de los Ángeles.
- La escala de afecto positivo y negativo PANAS
- La escala de bienestar psicológico

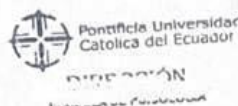
Estos reactivos serán aplicados de manera virtual mediante Google forms en el siguiente enlace:
<https://docs.google.com/forms/d/1MrjO5bx5z1EooyGulVw3x0oSo1UoFIAQKFTNmjlpyBA/edit>

Segura estoy de contar con su valiosa ayuda, por lo que le anticipo mi agradecimiento. Con altos sentimientos de consideración y estima, me despido

Atentamente:


Mg. Lucía Almeida Márquez
DIRECTORA ESCUELA DE PSICOLOGÍA

c.c. archivo
Adjunto: Lo indicado
LA/pa



*Recibido
Santiago Cabrera - Decano
28/12/2024*

Dirección: Av. Manuelita Sáenz y Remigio Crespo
Código postal: 180207 / Teléfono: (593-3) 299 4840 Ext. 3105
Ambato - Ecuador / www.pucesa.edu.ec

