



Bienestar subjetivo de estudiantes de Psicología de una universidad pública del noroeste de México

Subjective well-being of Psychology students at a public university in northwestern Mexico

María Guadalupe Delgadillo Ramos*, Fidel Alonso Ruiz Reyes* y María Celina Aguirre Ibarra*

Universidad Autónoma de Baja California*

Citación

Delgadillo, M. G., Ruiz, F. A. y Aguirre, M. C. (2022). Bienestar subjetivo de estudiantes de Psicología de una universidad pública del noroeste de México. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 4(2), 611-622.

DOI: <https://doi.org/10.62364/6zk5jd62>

Artículo recibido, 29-04-2022; aceptado, 28-07-2022; publicado 15-08-2022.

Resumen

En la presente investigación se describe el bienestar subjetivo de estudiantes universitarios, en función de la satisfacción con la vida en general y con dominios específicos. Se trata de un estudio transversal descriptivo, con un muestreo no probabilístico por conveniencia, en el que participaron 111 estudiantes de la Lic. en Psicología de la UABC campus Tijuana, a partir de quinto semestre, respondiendo al instrumento BIARE ampliado de INEGI. Los resultados muestran que la mayoría se vive de manera satisfactoria en las áreas de estándar o nivel de vida, actividades que realizan, salud, vida familiar, vida social, logros, y otros ámbitos; en sentido opuesto, se encuentran mayormente insatisfechos con su seguridad ciudadana, medianamente insatisfechos con su país y, ligeramente insatisfechos con las metas alcanzadas y con su vida respecto a lo ideal. Se concluye que en términos generales los participantes experimentan buenos niveles de bienestar y felicidad.

Palabras clave

bienestar subjetivo, estudiantes universitarios, psicología positiva.

Abstract

The present research describes the subjective well-being of university students, based on satisfaction with life in general and with specific domains. It was a cross-sectional descriptive study, with a non-probabilistic sampling for convenience, in which 111 students of the bachelor's degree of Psychology of the UABC campus Tijuana participated, starting from the fifth semester, responding to the expanded BIARE instrument of INEGI. The results show that most of them, live satisfactorily in the areas of

standard or life level, activities they carry out, health, family life, social life, and other aspects; on the contrary, they are mostly dissatisfied with their citizen security, moderately dissatisfied with their country and slightly dissatisfied with the goals achieved and with their life compared to the ideal. It is concluded that in general terms, the participants experience good levels of well-being and happiness.

Keywords | Subjective well-being, university students, positive psychology.

Como lo afirma García (2021) el énfasis de la Psicología desde una mirada psicopatológica ha generado que otros temas de la misma relevancia sean considerados intrascendentes, especialmente si se trata de tópicos relacionados con el polo de lo saludable, lo virtuoso, armonioso, estético, feliz, etc. En ese sentido, la Psicología positiva impulsada por quien en 1998 fuera presidente de la American Psychological Association Martin Seligman, ha afirmado sus bases con investigaciones relacionadas con la satisfacción, la esperanza y la felicidad entre muchas otras (Lupano et al., 2010).

Uno de los autores que desde finales de los 90s ha impulsado el campo de estudio sobre el Bienestar subjetivo (BS) es Diener (1984), haciendo alusión a un concepto amplio que “incluye la experiencia de emociones agradables o positivas, ausencia o bajo nivel de emociones negativas y alto nivel de satisfacción con la vida” (Lopez-Walle et al., 2020, p. 267). Se trata del juicio global que cada persona hace de su propia vida como resultado de evaluar cognitivamente y afectivamente determinados acontecimientos y experiencias de logro y satisfacción. Por su parte, otra autora que ha desarrollado investigación en el área es Ryff (1989), concretamente sobre el Bienestar psicológico (BP), el cual se relaciona más con el “grado de crecimiento total y de autorrealización a través de la resolución de desafíos evaluado como tal por la propia persona” (Canedo et al., 2019, p. 26).

En resumen, la diferencia conceptual entre estas dos tradiciones o perspectivas del bienestar estriba en que mientras en el enfoque hedónico las personas son capaces de experimentar felicidad en la medida en que el placer está presente y se perciben satisfechos; en el enfoque eudaimónico los individuos pueden sentirse autorrealizados, con cierto grado de plenitud y significado aun cuando sus vidas no están exentas de sufrimiento. Así, mientras el bienestar subjetivo se apega a la perspectiva hedónica, apropiándose de conceptos como la felicidad y la satisfacción vital; la perspectiva eudaimónica orientada al bienestar psicológico, se contenta con los constructos de desarrollo personal y realización del potencial humano. (Meléndez et al., 2018).

Importancia de la mirada subjetiva en el bienestar

Históricamente la política pública de los gobiernos alrededor del mundo se ha enfocado en fomentar el crecimiento y la estabilidad a nivel macroeconómico, es decir, en mejorar el bienestar material de los pueblos desde sus diferentes ejes rectores. Sin embargo, la visión del bienestar de un país ha cambiado para bien al tener una mirada más global e integradora, donde el bienestar material ciertamente sigue siendo preponderante, pero se añade la variable del desarrollo humano como un indicador de medida.

Precisamente el Índice de Desarrollo Humano (IDH) surge del Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) se enfoca en la esperanza de vida, educación e ingreso per cápita y, reconoce que existen capacidades no materiales que facilitan el bienestar de las personas, como son el “gozar de una buena salud”, “tener cubiertas las necesidades físicas y materiales básicas” y “tener vínculos significativos con los demás” (IDH, 2012) (Aedo et al., 2020).

En ese mismo orden de ideas Araujo (2018) refiere que además del Producto Interno Bruto (PIB) per cápita, recientemente se han añadido indicadores para medir el bienestar y la calidad de vida en multitud de países, pues la evidencia científica ha demostrado que el vínculo entre ingreso socioeconómico y bienestar no es tan fuerte como se suponía. De lo anterior se desprende la necesidad de agregar otras dimensiones al estudio del progreso social, y más importante aún que sean las mismas personas las que ayuden a identificar las cosas que realmente les importan en la vida, y den paso al estudio del concepto de bienestar subjetivo.

En consonancia, en México en el año 2012 el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) incursiona con la medición de variables subjetivas del bienestar mediante el desarrollo e implementación del cuestionario de Bienestar Autorreportado (BIARE). En el siguiente apartado se resumen algunos datos reportados por la encuesta según lo señalado por Araujo (2018).

Características sociodemográficas del bienestar subjetivo en México

- **Edad:** Se observó que tanto hombres como mujeres, en la etapa de la juventud (18-29 años), se perciben igualmente satisfechos. En el caso particular de los hombres, su satisfacción vital es más alta en el grupo de jóvenes, disminuye en la mitad de la vida (30-59 años) y se recupera hacia la etapa de la senectud (a partir de los 60 años).
- **Escolaridad:** Se reportó que la satisfacción es más baja entre las personas que no concluyeron la educación primaria, mientras que los niveles más altos de BS pertenecen a quienes tienen un posgrado.
- **Estado civil:** En la generalidad las personas casadas se sienten más satisfechas que las solteras (sobre todo las mujeres), pues en el caso de los hombres los que permanecen solteros experimentan más satisfacción.
- **Condición de actividad:** Los hombres se sienten más insatisfechos cuando se dedican a actividades relacionadas con el hogar o tienen alguna discapacidad física que les impide trabajar. Por su parte, las mujeres que son estudiantes o están jubiladas presentan mejores niveles de BS.
- **Sociabilidad:** En relación con la interacción presencial, las reuniones con amigos son las que mejor impactan en la satisfacción vital si se compara al encuentro con familiares que no viven bajo el mismo techo. En relación con la comunicación a distancia se identificó que adquiere más importancia los correos y llamadas con amigos que las llamadas a familiares.

Variables que inciden en el bienestar subjetivo de estudiantes universitarios

En una investigación se buscó identificar aspectos actitudinales de los estudiantes universitarios en relación con la felicidad, y para tal fin se reclutó a 237 estudiantes de una Universidad Nicaragüense (59.5% mujeres y 40.5% hombres). Entre los resultados destacados se encuentra que poseen actitudes positivas sobre la felicidad, siendo los factores más relevantes el sentido positivo de la vida, la satisfacción con la vida, la realización personal y la alegría de vivir (Mandepora et al., 2019).

Otra investigación en la que se estudió de forma cualitativa el papel del consumismo en el BS de estudiantes en una universidad privada de Lima (6 participantes), se demostró que los actos de compra están mediados por las marcas comerciales que su grupo de iguales valoran pues son un conducto para asistir a sus reuniones grupales, de tal suerte que el bienestar experimentado no se desprende de las propiedades o cualidades del bien mismo sino del sentido de pertenencia que este les otorga (Vargas, 2019).

En un estudio de tipo correlacional con una muestra de 450 estudiantes universitarios (59.8% mujeres y 40.2% de hombres) de México, Bolivia y España se quiso ver el efecto de la asociación entre autoestima y satisfacción con la vida, llegando a la conclusión de que las personas con elevada autoestima tienen más probabilidades de experimentar mejor satisfacción con su vida, aspecto que está implícito dentro del bienestar subjetivo (Núñez, 2019).

En una universidad de Turquía se realizó un estudio con un total de 386 estudiantes (64% mujeres y 36% hombres) con edades entre 18-22 años, para comprender las relaciones entre optimismo, flexibilidad cognitiva, ajuste a la vida universitaria y felicidad bajo un enfoque de psicología positiva, encontrando que estas variables se correlacionan positivamente (Demirtaş, 2020).

En una investigación de tipo cualitativo que se propuso estudiar la percepción de la felicidad de los estudiantes de Psicología (12 participantes) de la Universidad de Cuenca, se mostró que estos le dan importancia a la seguridad personal y al equilibrio que proviene de la plenitud interna como mediadores para alcanzar la felicidad. También concluyeron que la familia es vista como un medio de soporte y aceptación, mientras que las relaciones interpersonales se consideran un espacio para la socialización y juegan un papel importante en la consecución de logros académicos (Parra et al., 2019). Otra investigación se enfocó en conocer la asociación entre la resiliencia y la felicidad en estudiantes becados por una universidad privada de Lima. Para tal fin se realizó un estudio de tipo cuantitativo con una muestra de 239 participantes que eran beneficiarios (56.9% mujeres y 43.1% hombres), llegando a la conclusión de que existe una fuerte correlación positiva entre las variables. Además enfatizaron en que los becarios que son resilientes se perciben más felices, y esto a su vez facilita una mejor adaptación a la vida universitaria (Zavaleta, 2021).

La relevancia que tiene el estudio del BS en los estudiantes universitarios particularmente de la Lic. en Psicología, estriba en que es preciso conocer los niveles de satisfacción general en la vida, en dominios específicos y plenitud, con la finalidad de desarrollar estrategias institucionales que coadyuven en el fortalecimiento de los factores que les proveen bienestar y felicidad y, en consecuencia mejorar su calidad de vida como personas y como futuros profesionales de la salud que también participarán de la salud mental y el bienestar de otras y otros. Como lo afirman Figueroa et al. (2019), la universidad es mucho más que un sistema donde se producen y reproducen conocimientos, su función es contribuir al desarrollo integral y pleno de las personas que conforman la comunidad, de ahí que las instituciones de educación superior deben proponerse promover la salud mental desde la psicología positiva y no desde la psicopatología. En resumen, la investigación se propuso responder a la pregunta de investigación siguiente: ¿Cuál es la valoración que los estudiantes de Psicología de una universidad pública del noroeste de México hacen sobre su propio bienestar subjetivo?

Objetivo

General

- Conocer la valoración de bienestar subjetivo percibido por estudiantes de Psicología de una universidad pública del noroeste de México.

Específico

- Describir los niveles de satisfacción general, satisfacción en dominios específicos y plenitud de los participantes.

Método

El presente artículo presenta los resultados de un estudio transversal descriptivo teniendo como variables las sociodemográficas, la satisfacción con la vida en general, la satisfacción en dominios específicos y la plenitud. Este tipo de investigación se propone indagar la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables en una población y el procedimiento consiste en identificar aquellas características que un grupo de personas o comunidades poseen en diferentes escenarios o contextos para proporcionar una descripción pormenorizada (Hernández et al., 2014).

Participantes

Siguiendo un muestreo no probabilístico por conveniencia, se invitaron a participar a los estudiantes del programa educativo de Psicología de la Facultad de Medicina y Psicología de la Universidad Autónoma de Baja California (UABC) campus Tijuana, que al menos hubieran cursado la mitad de la carrera (es decir a partir de quinto semestre), mujeres y hombres con edades entre los 18 y 25 años, inscritos en la modalidad escolarizada semestral. Los alumnos que voluntariamente accedieron a participar en el estudio y reunieron los criterios de inclusión antes descritos fueron un total de 111 (67% mujeres y 33% hombres).

Aspectos éticos

A quienes resultaron interesados se les explicó el propósito del estudio, se hizo hincapié en el carácter confidencial y anónimo de la información, que no habría repercusiones, riesgos ni consecuencias negativas por no aceptar participar, así mismo que no recibirían ningún tipo de incentivo o recompensa material o en especie y que si tenían alguna inquietud a partir de las preguntas del instrumento, podrían solicitar asesoría o acompañamiento psicológico breve acorde a la cuestión.

Instrumento

Se aplicó una ficha de datos sociodemográficos y el cuestionario de Bienestar Autorreportado (BIARE) en su versión ampliada, diseñado por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en México en 2014. Los módulos BIARE tienen como objetivo generar una estadística sólida de bienestar subjetivo, garantizando la comparabilidad con otros países integrantes de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) con el fin de obtener datos oficiales sobre la valoración de la población adulta en México acerca de su bienestar subjetivo y así avanzar en la consolidación de política públicas que contribuyan a mejorar la calidad de vida de los ciudadanos.

Las propiedades psicométricas del BIARE ampliado son desconocidas, no obstante, fue diseñado y estandarizado para población mexicana por una institución oficial que realiza evaluaciones estadísticas en distintos rubros, las bases de datos que se obtuvieron del muestreo y levantamiento están disponibles en la página de INEGI y, continúa utilizándose en diversas mediciones e investigaciones a nivel nacional. Se compone de dos partes, la primera está centrada en la captación de los tópicos básicos del bienestar subjetivo, utiliza una escala de respuesta nominal tipo Likert que va del 0 al 7-10, que adquiere distintas denominaciones según corresponda (“totalmente insatisfecho/desacuerdo” ... “totalmente satisfecho/de acuerdo”) y sus contenidos son los siguientes: 1) y 2) satisfacción con la vida en general, 3) satisfacción con dominios o aspectos específicos, 4) eudemonía, 5) estados afectivos y 6) plenitud o satisfacción. La segunda parte aborda elementos de caracterización y contextualización del individuo, pertinentes para poner en perspectiva las respuestas dadas en la primera parte. Consiste en los siguientes apartados: 1) características sociodemográficas. 2) eventos y situaciones recientes, 3) vida social, participación y crecimiento personal y 4) aspectos biográficos.

Procedimiento

Con base en los estudiantes que aceptaron participar y cumplieron con los criterios de inclusión descritos en la sección de participantes, se envió un enlace a su correo electrónico institucional para que respondieran el instrumento en formato de Google Forms el cual constó de 49 preguntas además de una ficha de datos sociodemográficos como edad, género, semestre actual y horas de psicoterapia. La duración promedio para responder la encuesta fue de 30 minutos y fue contestada asincrónicamente desde sitios libres con acceso a internet dentro o fuera de la universidad. Así mismo, el formulario contenía la información de contacto de la investigadora principal para atender cualquier duda o inquietud al momento de responder el instrumento. Los datos estadísticos fueron analizados por medio de la propia aplicación de Google, y complementados con el uso del programa Excel.

Resultados

A continuación, se presenta el análisis descriptivo de las respuestas que las y los estudiantes dieron con respecto a las variables de estudio.

Satisfacción con la vida en general

Desde la percepción de los participantes una inmensa mayoría afirman encontrarse satisfechos con su vida en la actualidad (84.6%), insatisfechos (7.2%), totalmente satisfechos (6.3%) y neutrales (1.8%) lo cual de manera contundente expresa un alto nivel de conformidad y conciliación con su vida del presente.

Satisfacción con la vida en dominios específicos

Al igual que en el plano general, se confirma la satisfacción de los participantes en aspectos concretos en los que se involucran de forma cotidiana en las distintas esferas de su vida. En orden jerárquico se tiene en primer lugar, la satisfacción con el estándar o nivel de vida (70.2%), en segundo lugar, la satisfacción con la actividad que se realiza (69.3%) y en tercero, la satisfacción con su salud (68.4%).

En el extremo opuesto se identificó que se encuentran mayormente insatisfechos con su seguridad ciudadana (42.3%), y medianamente con su país (32.4%) (ver Tabla 1).

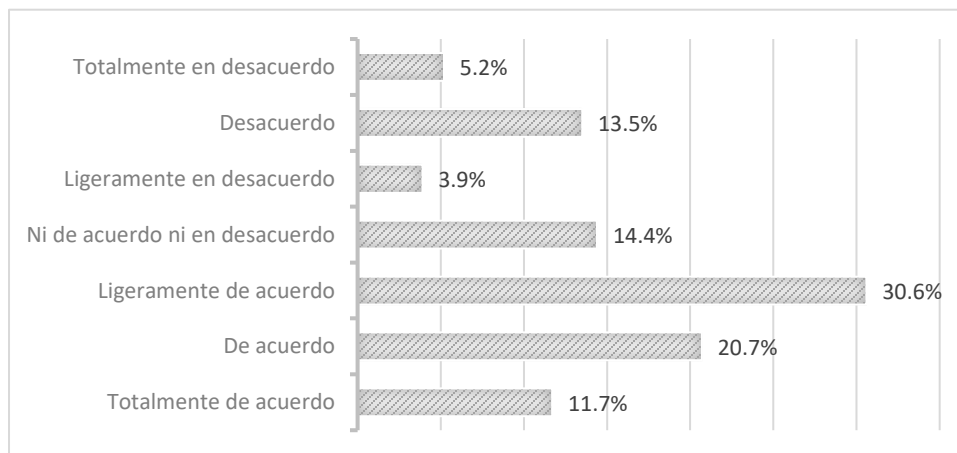
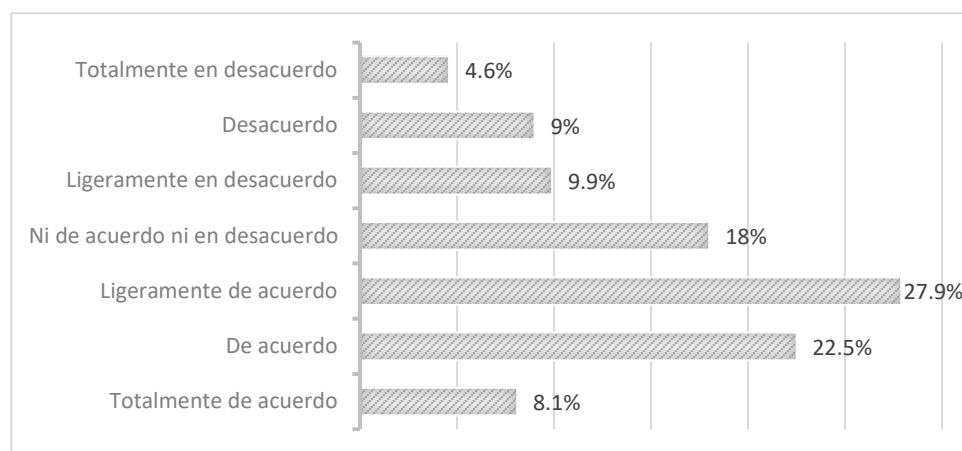
Tabla 1.

Nivel de satisfacción con la vida en dominios específicos

Dominios específicos de satisfacción	Totalmente insatisfecho	Insatisfecho	Neutral	Satisfecho	Totalmente satisfecho
Satisfacción con la vida hace 5 años	1.8%	26.1%	12.6%	54.9%	4.5%
Satisfacción con su vida social	0.9%	6.3%	2.7%	64.8%	25.2%
Satisfacción con su vida familiar	0.9%	12.6%	1.8%	67.5%	17.1%
Satisfacción con la vida afectiva	1.8%	5.4%	12.6%	64.8%	15.3%
Satisfacción con el estándar o nivel de vida	0%	4.5%	3.6%	70.2%	21.6%
Satisfacción con su salud	0.9%	5.4%	4.5%	68.4%	20.7%
Satisfacción con sus logros en la vida	0.9%	9%	3.6%	67.5%	18.9%
Satisfacción con sus perspectivas a futuro	0%	2.7%	2.7%	65.7%	28.8%
Satisfacción con el tiempo de que se dispone para hacer para hacer lo que le gusta	3.6%	11.7%	7.2%	56.7%	20.7%
Satisfacción con su seguridad ciudadana	9.9%	42.3%	17.1%	29.7%	0.9%
Satisfacción con la actividad que se realiza	0.9%	10.8%	0.9%	69.3%	18%
Satisfacción con su vivienda	0%	9%	6.3%	56.7%	27.9%
Satisfacción con su vecindario	1.8%	8.1%	9%	64.8%	16.2%
Satisfacción con su ciudad	0.9%	21.6%	15.3%	55.8%	6.3%
Satisfacción con su país	2.7%	32.4%	13.5%	47.7%	3.6%

Plenitud y satisfacción

Respecto a la variable de plenitud y satisfacción, un 30.6% expresó sentirse ligeramente de acuerdo con la afirmación de “en la mayoría de las cosas su vida está cerca del ideal” (ver Figura 1), es decir que su nivel de satisfacción no se encuentra en un estado óptimo. En consonancia, en la aseveración de “hasta ahora, he alcanzado las metas que para mí son importantes en la vida” (ver Figura 2), un 27.9% mencionó estar ligeramente de acuerdo.

Figura 1.*En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal***Figura 2.***Hasta ahora, he alcanzado las metas que para mí son importantes en la vida*

Discusión

El objetivo general del presente estudio fue conocer la valoración de bienestar subjetivo percibido por estudiantes de Psicología de una universidad pública del noroeste de México y para tal propósito se describieron los niveles de satisfacción general, satisfacción en dominios específicos y plenitud de los participantes.

Respecto a la variable sociodemográfica de sexo, los resultados muestran que la mayoría de las estudiantes que decidieron participar en el estudio pertenecen al sexo femenino, en correspondencia con la matrícula de Psicología que también tiene predominio de mujeres. Este dato se repite a nivel nacional con un 74.10% de mujeres y un 25.9% de hombres inscritos en los programas educativos de Psicología en México (ANUIES, 2020) lo cual es consecuencia de los esfuerzos de mujeres universitarias que han logrado ir cerrando paulatinamente las brechas de género y contribuir a crear cambios significativos en la conformación de la matrícula (Huerta, 2017).

En relación con las variables de satisfacción con la vida en general y satisfacción en los dominios específicos es notorio que, la mayoría de las y los estudiantes se vive de manera satisfactoria en las áreas de estándar o nivel de vida, actividades que realizan, salud, vida familiar, vida social, logros en la vida y en ámbitos diversos, lo cual sugiere que los participantes experimentan buenos niveles de bienestar y felicidad. Estos resultados son consistentes con otros estudios realizados en población similar, que reportan altos niveles de satisfacción global y en dominios específicos como la familia, los amigos, la universidad y el self (Denegri et al., 2018). En ese orden de ideas, también debe integrarse al análisis la juventud de los participantes pues investigaciones han demostrado que los individuos más jóvenes son más felices que aquellos con mayor edad, pues tienen mayor disponibilidad de recursos físicos, psicológicos y materiales (Diener et al., 1984).

A la variable de la edad se agrega la satisfacción que brinda la vida universitaria, pues como lo afirman González-Peiteado et al., (2017) se ha demostrado que la mayoría de los estudiantes se sienten satisfechos y manifiestan altos niveles de bienestar en dimensiones tales como capacidades propias, perfil docente, contenidos y comunicación. Paralelamente debe tenerse en cuenta que la oportunidad de estudiar una carrera universitaria les permitirá abrirse camino en el futuro en el ámbito laboral y disponer de mayores herramientas para mejorar su bienestar y calidad vida; y es que no debe olvidarse que en México un buen número de jóvenes no tienen acceso a la educación superior. En consonancia, investigaciones refieren que la satisfacción se vincula con el desarrollo integral personal conseguido durante los estudios y la perspectiva positiva del futuro profesional (Surdez et al., 2018).

Ahora bien, en relación con la salud percibida, si bien es cierto el instrumento no aborda qué indicadores se están considerando como saludables en los jóvenes, su percepción global resultó positiva y sería muy valioso retomarlo en una investigación futura, especialmente como resultado de la pandemia recientemente acontecida en el mundo. Así, por ejemplo, a propósito de estudios que vinculan la salud física con la salud mental, en una investigación sobre las repercusiones del COVID-19 se demostró que aquellos estudiantes universitarios que mantuvieron o pasaron a tener un comportamiento activo físicamente reportaron mayor BS y experiencias afectivas de carácter positivo (Reyes et al., 2022).

En sentido opuesto, ya más vinculado a lo social, los estudiantes evidenciaron el enorme descontento y gran insatisfacción con relación a su seguridad ciudadana, y medianamente con su país. Pusieron de manifiesto la triste realidad de los habitantes de Tijuana y de todo México que de manera reiterada tienen que aprender a vivir en ambientes hostiles y ser víctima de la delincuencia, de los homicidios, de la calamidad y desgracia que desafortunadamente se ha convertido en lo común en nuestros días.

En relación con este último punto, la Encuesta Nacional de Seguridad Pública Urbana (ENSU) del INEGI (2022) dio a conocer la percepción de la población sobre la seguridad pública en México. Declararon que, en marzo de 2022, el 66.2% de la población mayor a 18 años afirmó sentirse insegura en la ciudad donde viven y agregaron que estas cifras se han mantenido sin cambios importantes en los años previos, habiendo obtenido un 66.4% en marzo y un 65.8% en diciembre de 2021.

Por último, respecto a la variable de plenitud y satisfacción resultó que el mayor porcentaje de los participantes está ligeramente de acuerdo con el hecho de tener una vida cercana a lo ideal y haber alcanzado metas importantes hasta el momento. Debido a que el instrumento no explora las posibles causas de tal insatisfacción, se podría tratar de un asunto relacionado con su rendimiento académico, algo material o económico, algo afectivo en el orden de la pareja o familia o un largo etcétera. Por lo tanto, no conviene especular, pues se trata de una valoración subjetiva que merece todo el crédito, pero que en definitiva debe investigarse con más profundidad.

Precisamente la pluralidad de factores que intervienen en el bienestar subjetivo de la población que nos ocupa, conduce a ver a las y los estudiantes universitarios como el “eterno desconocido” pues debe admitirse que es imposible homogeneizar a los casi 5 millones inscritos en alguna institución de educación superior del país, de los cuales alrededor de 150 mil pertenecen a Baja California (ANUIES, 2020). Partiendo de esa realidad, se puede afirmar que precisamente las diferencias en las experiencias formativas previas, en las historias familiares y comunitarias, así como las expectativas respecto a la educación es lo que conduce a la diversidad (Silas, 2021), al tiempo que justifica la realización de investigaciones para comprender mejor a las personas que se implican en todo el proceso educativo, pero particularmente al motivo o razón de ser del mismo: el estudiante.

Conclusión

Finalmente, y en respuesta al objetivo del presente estudio se tiene que los jóvenes estudiantes de Psicología se perciben satisfechos con su vida en general y con un buen número de tópicos de satisfacción específica, declaraciones que los posicionan en un lugar óptimo de bienestar subjetivo. Sin embargo, es menester insistir en la necesidad de continuar excavando en el diverso y complejo fenómeno del bienestar subjetivo y la felicidad desde nuevas miradas, donde se integren los distintos saberes, paradigmas y con ello se reduzcan las limitaciones de este estudio respecto al posible sesgo de deseabilidad social debido al diseño de auto reporte y al método de muestreo por conveniencia. Se sugiere que en próximas investigaciones se incluyan participantes de distintas áreas del conocimiento y que se busque en la riqueza de lo cualitativo y la hermenéutica analógica, nuevos caminos para conocer el mundo psíquico, social y político de los noveles estudiantes universitarios.

Referencias

- Aedo, J., Oñate, E., Jaime, M., & Salazar, C. (2020). Capital social y bienestar subjetivo: Un estudio del rol de la participación en organizaciones sociales en la satisfacción con la vida y felicidad en ciudades chilenas. *Revista de Análisis Económico*, 35(1), 55–74.
<https://doi.org/10.4067/s0718-88702020000100055>
- ANUIES (2020). *Anuarios Estadísticos de Educación Superior*.
<http://www.anui.es/informacion-y-servicios/informacion-estadistica-de-educacion-superior/anuario-estadistico-de-educacion-superior>
- Araujo, M. (2018). Bienestar subjetivo y sociabilidad en México: Un análisis desde la BIARE 2012. In R. Millán & R. Castellanos (Eds.), *Bienestar subjetivo en México* (1a., p. 439). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Canedo, C. M., Andrés, M. L., Canet-Juric, L., & Rubiales, J. (2019). Influencia de las estrategias cognitivas de regulación emocional en el bienestar subjetivo y psicológico en estudiantes universitarios. *Liberabit*, 25(1), 25–40.
<http://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2019.v25n1.03>
- Demirtaş, A. S. (2020). Optimism and happiness in undergraduate students: Cognitive flexibility and adjustment to university life as mediators. *Anales de Psicología*, 36(2), 320–329. <https://doi.org/10.6018/analesps.381181>

- Denegri Coria, M., González Rivera, N., Elgueta Sepúlveda, H., García Jara, C., Sepúlveda, J. A., Schnettler, B., Vivallo Urrea, O., & Salazar Valenzuela, P. (2018). Life satisfaction in Chilean university students: An examination of the relation between gender and socioeconomic level. *Revista CES Psicología*, 11(1), 40–55. <https://doi.org/10.21615/cesp.11.1.4>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Figueroa, M. del R., Rivera, M. E., & Sánchez, A. (2019). Felicidad y gaudiabilidad en estudiantes universitarios de Nayarit (México). *Enseñanza e Investigación En Psicología*, Número Especial, 79–91. <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/60>
- García, J. E. (2021). Psicología Evolucionista Y Psicología Positiva: *Convergencias Posibles*. 15, 1-130 DOI: 10.7714/CNPS/15.1.210
- González-Peiteado, M., Pino-Juste, M., & Penado-Abilleira, M. (2017). Estudio de la satisfacción *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 20(1), 243–260. <https://doi.org/10.5944/ried.20.1.16377>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación (6a.)*. Mc Graw Hill Education.
- Huerta, R. M. (2017). Ingreso y presencia de las mujeres en la matrícula universitaria en México. *Revista de El Colegio de San Luis*, VII(14), 281–306. <https://www.redalyc.org/pdf/4262/426252094011.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2014). Bienestar subjetivo- BIARE ampliado <https://www.inegi.org.mx/investigacion/bienestar/ampliado/>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2022). *Comunicado de prensa Núm 189/22/19 de abril de 2022*. Encuesta Nacional de Seguridad Pública Urbana (ENSU). <https://www.inegi.org.mx/app/saladeprensa/noticia.html?id=7272>
- López-Walle, J. M., Tristan, J., Tomas, I., Gallegos Guajardo, J., Góngora, E., & Hernández-Pozo, R. (2020). Estrés percibido y felicidad auténtica a través del nivel de actividad física en jóvenes universitarios. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 20(2), 265–275. <https://doi.org/10.6018/cpd.358601>
- Lupano Perugini, M. L., & Castro Solano, A. (2010). Psicología Positiva: Análisis Desde Su Surgimiento. *Ciencias Psicológicas*, 4(1), 43–56. <https://doi.org/10.22235/cp.v4i1.110>
- Mandepora, M., Galo, Y., Sarango L. F., Palechor L., y Callizaya, B. (2019). Actitudes del estudiantado universitario sobre la felicidad: Un análisis descriptivo de sus factores. *Revista Electrónica de Conocimientos, Saberes y Prácticas*, 2(2), 71–83. <https://doi.org/10.5377/recsp.v2i2.9300>
- Melendez, J. C., Agustí, A. I., Delhom, I., Reyes Rodríguez, M. F., & Satorres, E. (2018). Bienestar subjetivo y psicológico: comparación de jóvenes y adultos mayores. *Summa Psicológica*, 15(1), 18–24. <https://doi.org/10.18774/summa-vol15.num1-335>

- Núñez M. A., Clark, Y., Velarde, C. L., Esparza, I. G., Muñoz, S. I., y Parada M. (2019). Autoestima y satisfacción con la vida en los estudiantes universitarios de México, Bolivia y España. *Revista Internacional de Filosofía y Teoría Social*, 24(4), 104–115.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27961579009>
- Parra, M., Pernas, I. A., y Ortiz, W. A. (2019). Percepción de estudiantes universitarios respecto a la felicidad en la universidad de Cuenca. *Revista Cubana de Educación Superior*, 38, 1–26.
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/30778>
- Reyes, D., Nazar, G., Cigarroa, I., Zapata a, R., Aguilar, N., Parra, M. A., y Albornoz, J. (2022). Comportamiento de la actividad física durante la pandemia por COVID-19 y su asociación con el bienestar subjetivo y salud mental en estudiantes universitarios en Chile. *Terapia psicológica* 40(1), 23–48.
<https://doi.org/10.4067/S0718-48082022000100023>
- Ryff, C. 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>
- Silas, J. C. (2021). El estudiante universitario, eterno desconocido. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 51(3), 7–10.
<https://doi.org/10.48102/rlee.2021.51.3.445>
- Surdez, E. G., Sandoval, M. del C., y Lamoyi, C. L. (2018). Satisfacción estudiantil en la valoración de la calidad educativa universitaria. *Educación y Educadores*, 21(1), 9–26.
<https://doi.org/10.5294/edu.2018.21.1.1>
- Vargas, L. (2019). Incidencia del consumo y marcas en la experiencia de bienestar subjetivo entre jóvenes: una exploración cualitativa. *Revista de Comunicación*, 18(1), 166–190.
DOI: 10.26441/RC18.1-2019-A9
- Zavaleta, A. E. H. (2021). *Resiliencia y felicidad en becarios de una universidad privada de Lima* [Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC)].
<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/654808>