

16

Fecha de presentación: marzo, 2016 Fecha de aceptación: junio, 2016 Fecha de publicación: agosto, 2016

ESTUDIOS DE BIENESTAR

EN COMUNIDAD UNIVERSITARIA, RESIDENCIA ESTUDIANTIL UNIVERSIDAD DE CIENFUEGOS

STUDIES OF WELL-BEING IN THE UNIVERSITY COMMUNITY OF THE STUDENT RESIDENCE IN THE UNIVERSITY OF CIENFUEGOS

MSc. Caridad L. Casanova Rodríguez¹

E-mail: casanova@ucf.edu.cu

Lic. Mayte González García¹

¹Universidad de Cienfuegos. Cuba.

¿Cómo referenciar este artículo?

Casanova Rodríguez, C. L., & González García, M. (2016). Estudios de bienestar en la comunidad universitaria de la residencia estudiantil en la Universidad de Cienfuegos. *Revista Universidad y Sociedad [seriada en línea]*, 8 (2). pp. 137-141. Recuperado de <http://rus.ucf.edu.cu/>

RESUMEN

El tema de bienestar ha estado dirigido en la mayoría de las investigaciones a la prevención de enfermedades, los procesos de adaptación, los factores que inciden en la salud mental y en pocas ocasiones han estado asociados a profundizar en los niveles que este alcanza en estudiantes sobre todo en la Educación Superior ante el supuesto de la satisfacción del alcance de proyectos de vida importantes. La investigación realizada responde a necesidades para el mejor funcionamiento del contexto de la Residencia Estudiantil, dada la presencia de algunas manifestaciones de los estudiantes que ella residen. Se plantea como objetivo identificar i los niveles de bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la Residencia Estudiantil de la Universidad de Cienfuegos (UCF). Entre los principales resultados se destaca la manifestación de emociones negativas como miedo, tristeza, celos y algunas dificultades en la vivencia adecuada del bienestar psicológico, que pueden considerarse como factores de riesgo en la permanencia y rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Sus resultados han contribuido a trazar nuevas políticas en el área y a la atención personalizada a estudiantes implicados.

Palabras clave:

Bienestar psicológico, residencia estudiantil, estudiantes becados.

ABSTRACT

Wellness theme has been addressed in most of the research to disease prevention, adaptation processes, factors affecting about mental health and rarely have been associated with deeper levels that this reached in students especially in higher education before assuming satisfaction of reach of major life projects. Research conducted responds to needs for best performance in the context of the Student Residence, given the presence of some manifestations of the students she resides. Founded on this basis therefore seeks to identify the levels of psychological well-being among college students in the Student Residence at the University of Cienfuegos (UCF) main results manifestation of negative emotions such as fear, sadness, jealousy and some difficulties in the proper experience of psychological well-being , which can be considered as risk factors in the retention and academic performance of college students stands . Their results have contributed to outline new policies in the area, as well as personalized attention to students involved.

Keywords:

Psychological, dormitory, scholarship students.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad la humanidad se enfrenta al proceso de globalización que expande un patrón homogéneo de culturas occidentales, al dinamismo del desarrollo científico-tecnológico, a la concentración del poder económico en algunos países y crisis financiera en otros, a las transformaciones aceleradas de las actuales estructuras sociales. Este es un proceso cíclico que conduce a la pérdida de valores humanos y por tanto, aleja al hombre de su dimensión humanista.

La universidad tiene hoy un reto fundamental en el revertimiento de los procesos anteriormente mencionados. Ha de asumir nuevas responsabilidades relativas a sus funciones básicas: docencia, investigación e intervención social. La primera debe caracterizarse por la formación de valores y la profesionalidad, la segunda debe tener como base la investigación clásica (teórica esencialmente) y responder a la demanda creciente de la investigación aplicada. La intervención social debe intensificar la cooperación internacional y diseñar planes de estudio que posibiliten la transferencia de aprendizajes y la movilidad de estudiantes y profesores (un gran acercamiento ha sido el Plan D).

La Extensión Universitaria es una vía a través de la cual se socializa la producción y permite la interacción cultural de diversas ramas del quehacer universitario. Asimismo, facilita el vínculo Universidad-Sociedad y la prestación de servicios a la comunidad universitaria y a la población en general.

El estudio tributa al desarrollo de investigaciones científicas que faciliten la solución de las principales problemáticas que afectan a los estudiantes de la Educación Superior, además, posibilita la incorporación de la Universidad de Cienfuegos a la red de universidades saludables; a la educación de la personalidad durante su proceso de formación profesional, que es de interés de las diferentes organizaciones políticas y de masas del país.

Otra de las contribuciones de la investigación es que está dirigida a evitar el estrés psicológico y desgaste emocional que evolucionan con mayor facilidad en estudiantes con estilos de vida inadecuados, disminuye la posibilidad de que constituyan factores que afecten en el rendimiento académico.

DESARROLLO

La categoría bienestar psicológico es un constructo de gran complejidad. Está determinada por una multiplicidad de factores de carácter bio-psico-social. Determina la calidad de las relaciones consigo mismo y con el entorno

que puede variar de una sociedad a otra, de un momento de la vida personal a otro.

Trasciende la satisfacción de necesidades fisiológicas, las necesidades sociales y las reacciones emocionales inmediatas, manifestándose en la vida diaria cuando las personas sufren menos malestar, tienen mejores apreciaciones personales y hacen un manejo más saludable del entorno y de sus vínculos interpersonales. Es una dimensión básica, subjetiva y temporal de la personalidad, la cual no solo integra aspectos psicológicos sino también toma en consideración la dimensión individual y social. De esta forma implica necesariamente la valoración que los individuos hacen de las circunstancias y el funcionamiento dentro de la sociedad.

La concepción de esta categoría implica una balanza de afectos positivos, el respeto y valoración de la persona hacia sí misma (autoestima), el establecimiento de relaciones positivas con los demás, percepción de un apoyo social satisfactorio, creencia de tener el control y dominio sobre el ambiente, que atribuya sentido y propósito a su vida. Se fomenta de recursos psicológicos como la autonomía, la determinación consciente y la capacidad creativa que fomenta una disposición y motivación intrínseca que conduce a los individuos a retarse ante los desafíos y superarlos, pone a prueba sus habilidades personales.

Método:

Teniendo en cuenta este sustento teórico, la metodología se concibe a partir de la selección de la muestra de forma no probabilística y aleatoria, conformada por 50 estudiantes de la Residencia Estudiantil de la UCF cuyas edades oscilan entre 18 y 24 años, con predominio del sexo femenino (72%), de la raza blanca (70%) y del estado civil soltero (74%). Del total de estudiantes encuestados, el 42% estudia en la Facultad de Ciencias Sociales y Humanísticas, el 32% en Ciencias Económicas y Empresariales y el 24% en Ingeniería.

En correspondencia con las carreras que mayor número de representantes tuvieron son Ingeniería Química (18%), Licenciatura en Contabilidad (16%), Licenciatura en Derecho (16) y Licenciatura en Estudio Socioculturales (14%). El instrumento aplicado es un cuestionario de formato autoadministrado en forma de escala de Likert, llamado cuestionario de bienestar subjetivo (CAVIAR) cuyos datos fueron analizados a través del paquete estadístico SPSS.

Resultados:

El cuestionario fue elaborado por Victoria García-Viniegras & González Benítez (2000), como propuesta

para la evaluación del bienestar psicológico, factible de ser perfeccionado, a través de diseños para evaluar validez predictiva. Este cuestionario es útil especialmente en estudios de grupos de riesgo, donde la evaluación del bienestar sea necesaria y donde otras técnicas más profundas y trabajosas no sean factibles de aplicar. Las autoras han tenido en cuenta los elementos detallados a continuación:

1. La evaluación de diferentes áreas de la vida.
2. La consideración de lo individual.
3. Los aspectos emocionales.

Consta de una escala de satisfacción, dividida en subescalas: general, personal-social, laboral, familiar y sexual. Esta técnica se aplicó con la finalidad de determinar la valoración que estos estudiantes hacen de la estancia en el contexto de la residencia, así como la frecuencia experimentada de ciertos estados afectivos, comunes de la vida diaria. Este cuestionario combina los diversos aspectos que conforman el bienestar (cognitivos y afectivos). Con el propósito de tomar en cuenta la importancia concedida a los distintos aspectos de la satisfacción que se ofrecen.

Con el propósito de reflejar con mayor claridad el bienestar de los estudiantes becados, al explorar el área de satisfacción general, se toma como ejemplo el ítem *Siento que todo me va bien* por ser más general y de un campo amplio de valoraciones. Solo 7 estudiantes consideran de forma positiva la afirmación planteada. Resulta de interés que las mejores valoraciones se encuentran en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales, específicamente en la Carrera de Historia, mientras que las más negativas son ofrecidas por alumnos de Ingeniería, particularidad que se evidencia en el análisis de todo el instrumento. En este indicador se evidencia un predominio en el comportamiento de las variables hacia el acuerdo medio, relativo y total; por lo que conduce a valorar que los estudiantes becados tienen un nivel medio de satisfacción relacionado con los niveles de bienestar.

Satisfacción material:

Este aspecto tuvo un comportamiento diferente pues aunque hay mayor valoración hacia estar relativamente de acuerdo en la variable relacionada con *un futuro garantizado*, los valores son muy homogéneos: total desacuerdo: 13; relativamente en desacuerdo: 8; medianamente de acuerdo: 11; relativamente de acuerdo: 12; total acuerdo: 6. Por tanto, se considera que estos estudiantes manifiesta cierta inseguridad en el plano económico presente y futuro.

Sin embargo, en el estudio realizado se puede apreciar que los estudiantes de las carreras humanísticas sienten mayor confianza en su situación económica actual y futura; mientras los futuros ingenieros expresan mayor inseguridad lo cual genera una contradicción, pues generalmente, estas profesiones son mejor remuneradas que las anteriores y con mejores posibilidades, en cuanto a fuentes de empleo se destaca mayor negatividad en los encuestados de Química, seguidos por los Industrial y finalmente Mecánica.

Satisfacción personal-social:

Resulta de interés profundizar en este aspecto, los estudiantes becados expresan una gran satisfacción en los aspectos personales, la mayoría expresa estar totalmente de acuerdo con las valoraciones del ítem. Este ítem contiene 7 afirmaciones de las cuales 4 pertenecen a la categoría individual y los restantes (3) a la social, se obtienen altas insatisfacciones en lo que corresponde a las formaciones psicológicas de la autoestima y autovaloración, las cuales deben ser abordadas en los procesos de intervención a través de los proyectos educativos, los colectivos de año y la atención personalizada.

Satisfacción sexual y de pareja:

Este indicador tuvo un comportamiento similar al anterior, la generalidad se inclina a un criterio positivo del mismo, aunque se evidencia que pueden ser mejorados algunos aspectos como la expresión libre de la sexualidad y la comunicación en la pareja; los mayores niveles de insatisfacción fueron hallados en los estudiantes de la carrera Ingeniería Mecánica, Ingeniería Química, Licenciatura en Economía y Licenciatura en Contabilidad, insatisfacciones que se reiteran durante la investigación.

Satisfacción familiar:

El análisis de este ítem tiene una particularidad, pues aun cuando se observa un mayor grado de aceptación como tendencia general, en relación con la participación familiar, hay valoraciones que no se comportan de forma óptima; los estudiantes que expresaron no estar del todo de acuerdo consideran que en la familia son aceptados, queridos y apoyados, pero no son tomados en cuenta, lo que provoca que no se sientan útiles.

Resulta necesario distinguir que la metodología de evaluación utilizada CAVIAR, se fundamenta en algunos pilares teóricos:

- » El bienestar contiene elementos cognitivo-valorativos y elementos emocionales.

- » El bienestar se construye a punto de partida de las diferentes áreas de la vida.
- » Las personas pueden brindar diferente importancia a las diferentes áreas de la vida. El peso que se otorga a cada área es un asunto individual. Los determinantes de dicha importancia son el resultado de influencias culturales y sociales.
- » Las personas consideran algunas cosas más importantes que otras.
- » Esta importancia a las diferentes áreas de la vida o a los diferentes aspectos dentro de cada área ocurre al margen de que la persona refiera satisfacción con relación a dicha área o aspecto.

Por lo que se aborda el comportamiento de una escala de afectos:

En el gráfico que se presenta a continuación se evidencia que los estudiantes encuestados vivencian sentimientos de forma muy variable; los sentimientos positivos que se destacan son el amor, alegría, esperanza, agradecimiento y felicidad; mientras que los negativos son los celos, ansiedad, impaciencia y preocupación. Se destaca que las emociones negativas como la tristeza, el miedo, la frustración, el enojo, entre otras, son vivenciadas algunas veces en la mayoría de los días. Todos los sentimientos, excepto el desamparo, son experimentados habitualmente.

La juventud como etapa del desarrollo psicológico abarca las edades comprendidas entre los 18 y 25 años aproximadamente. Esta se identifica por cualidades como la creatividad, espontaneidad, la innovación, los cambios revolucionarios. L. I. Bozhovich planteaba que la juventud adquiere un carácter emocional personal, interesada en los ideales, la búsqueda de múltiples soluciones a un problema dado por su necesidad de automotivación. Los jóvenes se caracterizan por la alegría, jovialidad, flexibilidad ante los cambios, la esperanza, con deseos constantes e inagotables.

Sin embargo, como se evidencia en la tabla anterior, los estudiantes de las diferentes facultades distan un poco de la mayoría de las particularidades mencionadas. Resulta de interés analizar la cantidad de casos que se presentan y porque no constituye la mayoría no se le presta la atención suficiente, aunque el detalle está en que es un número considerable de encuestados los que expresan estas emociones, en unos casos positivas y en otros, negativas. Se destacan aquellos que explícita y mayoritariamente vivencian la ansiedad, la desesperanza, la impaciencia y la preocupación (son más persistentes en la Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales).

CONCLUSIONES

La coherencia entre sí que se muestra en estos resultados se encuentra en estrecha relación con la importancia que

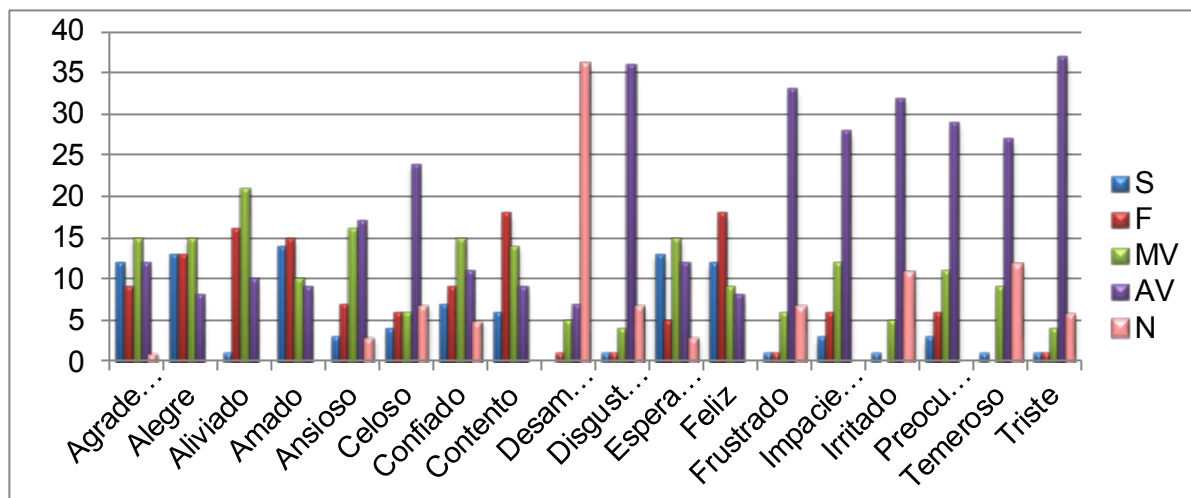


Figura 1. Frecuencia de aparición de los estados afectivos valorados.

Leyenda S: siempre, F: frecuentemente, MV: muchas veces, AV: algunas veces

N: nunca.

cada individuo le concede a esas esferas de la vida. La satisfacción en cada una de las áreas determinó un orden de prioridad de acuerdo con la importancia que tuvo para los estudiantes, se manifestó en lo familiar, luego lo personal, lo sexual y por último lo material; resulta de interés y

contradictorio de acuerdo con las percepciones sociales que hoy día se manejan.

Los indicadores percibidos de forma negativa en estos estudiantes, en sentido general fueron la autoestima, la autovaloración, la comunicación en la pareja, la expresión libre de la sexualidad y la participación familiar, elementos que contribuyen al crecimiento personal y a la formación profesional.

Los afectos considerados más importantes y con mayor frecuencia en la vida diaria de los becados son el amor, la alegría, la esperanza, el agradecimiento y la felicidad; los cuales se corresponden con la normal situación social del desarrollo de los jóvenes.

Como aspectos negativos en sus estados de afecto se considera que la tendencia de manifestación expresada por los estudiantes se expresa en una desarmonía en los niveles de bienestar psicológico, dado por las valoraciones deficientes de varios indicadores que conducen a la vivencia de emociones negativas como la tristeza, el miedo, frustración, el enojo, así como estrés, desmotivación, ansiedad y preocupación, lo que puede repercutir en el desarrollo de las relaciones interpersonales y en el rendimiento académico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Del Huerto, M. E. (2007). La Extensión Universidad como vía para fortalecer los vínculos Universidad-Sociedad desde la promoción de salud. *Revista Cubana de Salud Pública*, 33(2).
- Lema, L. F., Salazar, I. C., Varela, M. T., Tamayo, J. A., Rubio, A., & Botero, A. (2009). Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida. *Pensamiento Psicológico*, 5(12), pp.71-88. Recuperado de http://portales.puj.edu.co/psicorevisita/components/com_joomlib/ebooks/PS12-5.pdf
- Marzán, M., & Bonal, R. (2012). Fortaleciendo la universidad por la salud. *MEDISAN*, 16(2), pp. 155-159. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192012000200001&lng=es&tlng=es
- Muñoz, M., & Cabieses, B. (2008). Universidades y promoción de la salud: ¿cómo alcanzar el punto de encuentro? *Revista Panamericana de Salud Pública*, 24(2), pp. 39-46. Recuperado de <http://www.scieosp.org/pdf/rpsp/v24n2/a09v24n2.pdf>
- Pérez Padilla, M. L., Ponce Rojo, A., Hernández Contreras, J., & Márquez Muñoz, B. A. (2010). Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la Región Altos Norte de Jalisco. *Revista de Educación y Desarrollo*, 14, pp. 31-37. Recuperado de http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/14/014_Perez.pdf
- Pineda, C. (2012). *Inteligencia emocional y bienestar personal en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud*. Tesis en opción al título de Doctora en Psicología. Málaga: Universidad de Málaga.
- Rosales López, C., & González Alfaya, M. E. (2008). Promoción de la salud en la Universidad. *Revista Española de Salud Pública*, 82(4), 435. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272008000400009&lng=es&tlng=es
- Victoria García-Viniegras, C. R., & González Benítez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), pp.586-592. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010&lng=es&tlng=es
- Vielma, J. (2010). *El bienestar psicológico subjetivo en estudiantes universitarios: la evaluación sistemática del fluir en la vida cotidiana*. Tesis en opción al título de Doctora en Educación. Mérida: Universidad de Los Andes.
- Zbieta, E. M., & Delfino, G. I. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones*, XVII, pp. 277-283. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3691/369139946018.pdf>