

## El bienestar subjetivo de los estudiantes: un componente para considerar en la evaluación curricular

**Cirila Cervera Delgado**

*Universidad de Guanajuato*

*cirycervera@ugto.mx*

**Mireya Martí Reyes**

*Universidad de Guanajuato*

*mireya@ugto.mx*

**Sergio Jacinto Alejo López**

*Universidad de Guanajuato*

*sj.alejo@ugto.mx*

**Área temática:** Evaluación curricular y acreditación de programas

### Resumen

Los estudios sobre el bienestar subjetivo (BS) se han dado a raíz de que Edward Diener postulara su concepto en 1984. Sucesivamente, se diseñó la escala de bienestar subjetivo (SWLS) para valorar este componente en poblaciones abiertas, y, particularmente, entre estudiantes universitarios; empero, no es común que sus resultados se relacionen con la evaluación curricular. Así, diseñamos un cuestionario mixto, cuyos ítems abarcan las variables de la SWLS y lo aplicamos en un grupo de maestría en investigación educativa, cuyos estudiantes son becarios del Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología. Los resultados muestran una correspondencia entre el grado de gratificación y satisfacción (reacciones positivas) y las afectaciones en la salud física y emocional (reacciones negativas). Sus opiniones pueden ser orientadoras para la toma de decisiones en torno a aspectos del currículum aún no integrados a los modelos de evaluación de los programas de posgrado en México.

Palabras clave: Bienestar subjetivo; Posgrado; CONAHCyT; Evaluación curricular.

### Justificación

El campo de la evaluación curricular, con lo amplio que suele ser, se concentra en una serie de categorías e indicadores de carácter objetivo. Comúnmente, se centra en dar cuenta del cumplimiento de los fines de los programas educativos en torno a su pertinencia social y de

formación. Asimismo, esta evaluación tiende a ser integral cada vez más, considerando una serie de elementos que se gestan en la fase de autoevaluación o valoración interna, hasta llegar a la acreditación o evaluación externa. Entre estos elementos ya se ha contemplado, por ejemplo, el nivel de satisfacción que tienen estudiantes y egresados con el programa educativo. Tal componente, por definición, posee una carga sumamente subjetiva, aunque su resultado se concrete, por lo general, en una escala numérica.

Por otra parte, el concepto *Bienestar Subjetivo* o BS, se ha venido tomando como objeto de estudio a partir de las aportaciones de Edward F. Diener, en 1984. Este psicólogo y autor estadounidense abrió un campo nuevo en la investigación con los estudios sobre el BS, término que “refiere la percepción de felicidad que los individuos reportan de sí mismos” (Medina y Meneses, 2019, p. 48). Diener concluye que la estructura del bienestar subjetivo está conformada por los componentes *satisfacción con la vida* y *afectos*, de tal forma que se puede apreciar cómo y por qué las personas perciben su vida de manera positiva a partir de aproximaciones que incluyen los juicios cognitivos (satisfacción) y las reacciones afectivas (positivas y negativas), como se lee en Vielma y Alonso (2010) y Vera, Yañez & Grubits (2013), entre otros.

A partir del concepto de Diener, se diseñó la Escala de Satisfacción con la Vida o SWLS, por sus siglas en inglés. Tanto en su versión extensa (EBS-20) como breve (EBS-5 y EBS-8), el instrumento mantiene un alto grado de validez y confiabilidad en el contexto hispano-hablante, latinoamericano y mexicano, como lo demuestran diferentes análisis, de los cuales citamos los que guardan mayor relación con nuestro estudio, son recientes e integrales.

Calleja y Mason, en el 2020, efectuaron tres estudios, concluyendo que las versiones EBS-20 y EBS-8 cuentan con evidencias de validez y confiabilidad muy satisfactorias, por lo que pueden ser utilizadas eficientemente en la medición del bienestar subjetivo. Un poco después, Calleja, Mason & Gómez (2021), evaluaron la versión breve con cerca de 2300 personas de entre los 12 y los 81 años en diversos contextos. Nuevamente, los tres estudios que se aplicaron a la escala llevaron a las autoras a confirmar la “validez de estructura factorial, de invarianza por sexo, grupo social y edad, y de confiabilidad [de la EBS-8] [...] La calibración de los reactivos [...] fue satisfactoria.” (p. 213)

Específicamente entre la población estudiantil, Vinaccia, Parada, Quiceno, Riveros & Vera (2019), sometieron a la SWLS a un análisis de validez y confiabilidad para estudiantes de Bogotá, Colombia. Los autores concluyen que el instrumento “es una escala válida y confiable [...] por lo

que se sugiere [su uso] en futuros estudios que busquen análisis descriptivos acerca de la satisfacción con la vida en jóvenes.” (P. 10)

Como se aprecia, el uso de la escala de bienestar subjetivo se ha popularizado por su sustento teórico y su adaptación a diversos contextos culturales. Mide el grado de felicidad o de satisfacción que predomina en cada persona según su propia evaluación (Díaz, Rodríguez & Rodríguez, 2018). Asimismo, cada vez es más frecuente su uso para evaluar el BS en grupos de estudiantes, más cuando están recuperando un lugar como personas, lejos de ser vistos únicamente como estadística en los sistemas educativos. Por lo general, la aplicación de la escala se complementa con instrumentos más abiertos, que permiten escuchar la voz de las personas, el significado que tiene su elección en una escala con opciones predeterminadas y, que, obviamente, adquieren un completo sentido en circunstancias particulares. No sobra decir que la construcción de estos instrumentos responde a los indicadores de la SWLS.

Así pues, ubicamos antecedentes recientes, como el de Murillo y Rentería, del 2023, quienes indagaron en torno al “Bienestar subjetivo y satisfacciones de dominios en estudiantes universitarios colombianos”, encontrando que “la satisfacción con los dominios económico y de relaciones que involucran afectos (pareja, familia, amigos, en especial las dos primeras) emerge como importante predictor de bienestar. La satisfacción económica demuestra ser el más fuerte predictor de la satisfacción global” (p. 258) y, por otra parte, que “los amigos satisfacen más necesidades emocionales, la economía satisface prioritariamente necesidades cognitivas y la familia y la pareja satisfacen simultáneamente necesidades cognitivas y emocionales” (p. 259).

Figueroa (2020), estima que los universitarios presentan niveles altos de bienestar subjetivo, y que este se relaciona con el optimismo, sentido del humor, identidad social-nacional, clima familiar, diferenciación del *self*; estrategias de regulación emocional, hábitos alimenticios y satisfacción corporal. También en el 2020, pero en el contexto español, Chacón-Cuberos, Martínez-Martínez, Puertas-Molero, Viciana-Garófano, González-Valero y Zurita-Ortega, analizaron el bienestar social percibido de estudiantes universitarios de Ciencias de la Educación en función de factores de tipo sociodemográfico. Entre los resultados destaca que las mujeres muestran mayores niveles de contribución y coherencia social, mientras que los estudiantes (hombres y mujeres) que acceden a la universidad mediante formación profesional u otra vía se perciben con mayor bienestar social.

---

Díaz, Rodríguez & Rodríguez (2019) documentan la relación entre los elementos del sistema familiar, la satisfacción familiar, las estrategias cognitivo-afectivas y el bienestar subjetivo. Afirman que es posible predecir el bienestar subjetivo más por los aspectos de valoración del mundo y la vida en general y de la satisfacción familiar, que por las variables del sistema familiar. En ese mismo año, Medina y Meneses (2019), determinaron que existe una alta correlación entre el BS y Reevaluación positiva, Búsqueda de guía, Solución de problemas y Búsqueda de recompensas entre estudiantes de la sede Villavicencio de la Universidad de Santo Tomás.

Por su parte, Vera, Yáñez & Grubits (2013), efectuaron un análisis discriminante con el propósito de observar el componente del BS que discrimina a los estudiantes de educación superior mexicanos y brasileños. Concluyeron que: “Aunque México y Brasil son países con características similares, presentan culturas con cierta singularidad. [Pero] los estudiantes de ambos países se reportan a sí mismos con un nivel positivo de bienestar.” (p. 88)

En México, ubicamos la indagación de Vera, Zavaleta, Solís y Santiz (2011), quienes publicaron el capítulo “Bienestar subjetivo en estudiantes universitarios indígenas”, producto de una investigación que realizaron con 592 estudiantes de la Universidad Autónoma Indígena de México. Entre sus hallazgos reportan que los sujetos están satisfechos con la familia, seguido por los que están satisfechos con los amigos y por el logro de sus objetivos. Por el contrario, la insatisfacción se presenta en las relaciones románticas, el compañero de cuarto y la economía.

En la investigación “Bienestar subjetivo y creatividad en estudiantes de post-grado de la Universidad Católica de Santa María”, Serruto y Aldazabal (2004), concluyen que la mayoría de estudiantes evaluados presentan un nivel de BS dentro del término medio, mientras que en la creatividad la mayor parte de estudiantes presenta niveles bajos.

Los resultados de la búsqueda anterior nos permiten inferir que el BS conforma un *corpus* investigativo en la educación superior, pero no son frecuentes los modelos de evaluación curricular que lo integren. Las categorías e indicadores, como hemos asentado, indirectamente ceden un brevísimo espacio para explorar el grado de satisfacción del alumnado; sin embargo, no van más allá. Tampoco hemos ubicado investigaciones que aborden esta categoría en estudiantes de posgrado en México, sea que esté reconocido en el Sistema Nacional de Posgrados [SNP]) o no; si es lo primero, significa que se tiene derecho a cursar los estudios con el auspicio de una beca. Es lógico pensar que ser becario con recursos que provienen del erario, agrega una particularidad a la configuración de estar inscrito en un programa con esta

---

característica y que incide en el bienestar subjetivo de cada persona, y, por tanto, que puede ser un elemento para considerar en la evaluación curricular del programa de estudios.

En consecuencia, nos planteamos indagar en torno al bienestar subjetivo de estudiantes que cursan el cuarto y último semestre de la maestría en investigación educativa en una institución pública. El posgrado está reconocido en el SNP y todas y todos los estudiantes gozan de una beca. Nos propusimos integrar sus respuestas como parte del proceso de evaluación integral por el que está pasando el programa, con el supuesto de que existe una relación positiva entre el bienestar subjetivo y ser becario del Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología (CONAHCyT) a través del Sistema Nacional de Posgrados en México.

Por tanto, la pregunta guía fue: ¿Cómo se configura el bienestar subjetivo en estudiantes de una maestría en investigación educativa que son becarios del Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología?

El propósito principal apunta a describir los componentes que configuran el bienestar subjetivo en esos estudiantes, en el entendido de la influencia que ejerce en ellos ser beneficiarios de una beca del CONAHCyT, con el fin de incorporar sus respuestas en la toma de decisiones de la evaluación curricular del programa.

### **Enfoque conceptual**

Edward Diener (1984) estableció el concepto de Bienestar Subjetivo, como lo adelantamos. Estableció, además, que su definición está agrupada en:

- A) La valoración que la persona hace de su propia vida en términos positivos.
- B) La comparación que hace de las experiencias de sentimientos positivos con negativos.
- C) Desarrollo de un funcionamiento personal óptimo.

Con base en la anterior agrupación, Diener identifica los componentes del BS, a saber:

- Afecto positivo: alegría, euforia, satisfacción, orgullo, cariño, felicidad y éxtasis.
  - Afecto negativo: Culpa y vergüenza, tristeza, ansiedad, preocupación, enfado, estrés, depresión y envidia
-

- Satisfacción con la vida: Deseo de cambiar de vida, satisfacción con la vida actual, satisfacción con el pasado, satisfacción con el futuro y satisfacción con cómo otros ven nuestra vida.
- Dominio de satisfacción: trabajo, familia, ocio, salud, ingresos, con uno mismo y con los demás.

Hay que enfatizar que, si bien los conceptos afectivos del BS pueden considerarse en términos de estados emocionales momentáneos, así como en términos de estados de ánimo y tendencias a largo plazo, el BS tiende a ser estable a lo largo del tiempo, está fuertemente relacionado con los rasgos de personalidad y existe evidencia de que puede influirse en gran medida con la salud.

DeNeve y Cooper (1999) argumentan que hay tres tendencias en la relación entre la personalidad y BS. En primer lugar, el BS está estrechamente vinculado a rasgos asociados con tendencias emocionales (estabilidad emocional, afectividad positiva y tensión). En segundo lugar, los rasgos de mejora de la relación (por ejemplo, confianza, afiliación) son importantes para el bienestar subjetivo. Las personas felices tienden a tener relaciones sólidas y son buenas para fomentarlas. En tercer lugar, la forma en que las personas piensan y explican los eventos es importante para el bienestar subjetivo. Evaluar los eventos de una manera optimista, tener un sentido de control y hacer esfuerzos de afrontamiento activos facilita el bienestar subjetivo. La confianza, un rasgo sustancialmente relacionado con el BS, en oposición al cinismo, implica hacer atribuciones positivas en lugar de negativas sobre los demás. Hacer atribuciones positivas y optimistas en lugar de negativas pesimistas facilita el bienestar subjetivo.

Finalmente, en este breviarío conceptual, debemos recordar que el mismo Diener, con Suh, Lucas y Smith (1999), estableció que la persona feliz se caracteriza por ser joven, saludable, con buena educación, bien remunerada, extrovertida optimista, libre de preocupaciones, religiosa, casada, con alta autoestima y una gran moral del trabajo.

### **Estrategia metodológica**

A partir de las dimensiones sugeridas por los teóricos precitados, diseñamos un cuestionario de estructura mixta, con 16 preguntas. Este fue enviado vía correo electrónico institucional y personalizado a los 12 estudiantes de 4<sup>o</sup> semestre de la maestría. Una alumna no lo pudo atender, por motivos de salud; y una más lo devolvió tarde para considerarlo. Así, se contabilizan diez participantes (6 mujeres y 4 hombres), cuyas respuestas se presentan en categorías.

---

## Resultados y Conclusiones

Agrupamos los resultados según las sensaciones positivas y los elementos que provocan el sentido de felicidad, así como las negativas y los correspondientes elementos que no hacen felices a los estudiantes (Vielma y Alonso, 2010; Vera, Yañez & Grubits, 2013).

### Reacciones positivas

Desde el comienzo, durante y casi al cierre de sus estudios de maestría, los alumnos dan indicio de tener sensaciones positivas, aunque no al cien por ciento. La siguiente nube de palabras ilustra sus respuestas sobre lo primero que evocan al saber que serían beneficiados con una beca.



Como se aprecia, si bien dan términos como felicidad, privilegio, logro, orgullo, gratitud, sobresale la palabra compromiso, que, como veremos, se va traduciendo en presión y estrés.

Nota: Figura 1. Significado de ser becario

La exigencia del posgrado, un 90% la atribuye a la naturaleza del programa y no al hecho de ser becario. Recordemos que la maestría es de investigación y la exigencia se debe, en palabras de algunos estudiantes a: la calidad institucional y del profesorado, la rigurosidad académica y, textual: “te quieren hacer SNII desde que eres maestrante”. Para este mismo porcentaje, ser becario le representa un nivel extra de responsabilidad para cumplir con los requerimientos académicos del programa.

En el transcurso de la maestría, las y los estudiantes manifiestan sus reacciones, que siguen siendo positivas, pero emergen aquellas que no lo son tanto. Estas se observan en las figuras 2 y 3, respectivamente.



Nota: Figura 2. Sensaciones positivas durante la maestría

Nota: Figura 3. Sensaciones negativas durante la maestría

Las fuentes de sensaciones positivas están relacionadas con la presentación pública de sus avances en coloquios (internos) y foros externos como congresos en México y el extranjero. Por el contrario, las negativas las asocian con el poco acompañamiento de algunos asesores, el cambio de residencia (en el caso de estudiantes provenientes de lugares lejanos a la sede tanto de otros municipios, estados y países) y el no contar con amigos de confianza. Vemos cómo se relaciona claramente con el concepto de afiliación, entre otros, que proponen DeNeve y Cooper (1999).

Es de hacer notar que la totalidad de estudiantes enfrentaron problemas durante el posgrado, pero llama la atención, al respecto de nuestro objeto de estudio, que un 60% señala que estos fueron de carácter emocional, por lo que, a la pregunta de apoyos complementarios a la beca indican que “no todo es cuestión económica”, y solicitan “Apoyo psicológico específicamente para posgrado, para esos momentos difíciles en lo emocional”, como anota una estudiante.

A propósito del recurso que representa la beca, como lo han documentado Murillo y Rentería (2023) o Vera, Zavaleta, Solís y Santiz (2011), la economía es un componente del BS. En su totalidad, los estudiantes admiten que este ingreso les da tranquilidad, seguridad, confianza, y tiempo disponible. Es decir, entran en un intercambio de sensaciones positivas, como las mencionadas, con las negativas, al responder que ser estudiantes de tiempo completo significa que: “voy a comer, dormir y beber investigación. Que la vida social ya no será social y que de ese momento en adelante me convierto en un investigador antes que ser otra cosa.” Y, aunque sólo reproducimos el testimonio de un estudiante, todos confiesan que, o no destinan tiempo para el ocio o este es residual. Tal indicador lo relacionamos con la valoración de su estado de salud que hacen los estudiantes, que promedian en 7.3; en claro contraste con la satisfacción con el programa y los logros alcanzados, rubro al que califican con un 9.1

Finalmente, en las últimas semanas del último semestre, los estudiantes mencionan, entre sus sensaciones: compromiso (presente desde el inicio), gratitud, feliz, orgullo, entre otros términos que vemos en la nube de palabras.

normal gratitud exitos@  
**Compromiso** profesional  
feliz tranquilidad orgullo  
responsable  
motivación

Nota: Figura 4: Sensaciones al término del posgrado como becario

En términos generales, se concluye que el Bienestar subjetivo es un área que pueden incluir los modelos de evaluación curricular, puesto que cubre el aspecto más personal de los estudiantes, y, si es el caso, el que se debe de cuidar, puesto que el equilibrio emocional (por llamarlo de esta manera) influye en su rendimiento. Se debe considerar, además, que ser becario del CONAHCyT agrega una dosis extra de exigencia, a la que eufemísticamente, los estudiantes llaman “responsabilidad” y “compromiso”. Es también preciso tomar conciencia de que esta exigencia no es sólo para los estudiantes, sino también para el profesorado, que, igualmente, está obligado con el programa y, por principio de cuentas, a acompañar a los estudiantes.

Por otro lado, si bien los criterios del SNP valoran mucho que los programas tengan estudiantes provenientes de otros lugares, se deben fomentar mecanismos de afiliación (DeNeve y Cooper) y difusión de todos los apoyos institucionales, a fin de coadyuvar a su integración a un nuevo sitio y una nueva cultura.

Por último, si bien se detecta que los estudiantes de la maestría becarios del CONAHCyT se muestran inclinados hacia las sensaciones positivas, en la conceptualización de Diener y demás autores que se adhieren a su propuesta de Bienestar Subjetivo, hay que observar la génesis y el desarrollo de las negativas, por el impacto que tienen en el desempeño y, por tanto, en los resultados de la evaluación curricular.

## Referencias

- Calleja, N., Mason, T. A. & Gómez Pérez, O. (2022). Escala de bienestar subjetivo, versión corta (EBS-8): Revalidación, invarianza de medición y teoría de respuesta al ítem. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(1), 203-217.  
<https://www.doi.org/10.14718/ACP.2022.25.1.13>
- Cárdenas-Rodríguez, E. S., & López-Feldman, A. (2015). Más allá del ingreso: pobreza y bienestar subjetivo en cuatro comunidades rurales de México. *Agricultura, sociedad y*

- desarrollo*, 12(4), 483-498. Recuperado en 20 de mayo de 2024, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-54722015000400483&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-54722015000400483&lng=es&tlng=es).
- Chacón-Cuberos, R., Martínez-Martínez, A., Puertas-Molero, P., Viciano-Garófano, V., González-Valero, G. y Zurita-Ortega, F. (2020). Bienestar social en la etapa universitaria según factores sociodemográficos en estudiantes de educación. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 22, e03, 1-9. <https://doi.org/10.24320/redie.2020.22.e03.2184>
- DeNeve, K. M. & Cooper, H. (1998). «[The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being.](#)» *Psychological Bulletin*, 124 (2): 197-229. Doi: 10.1037/0033-2909.124.2.197
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575. Doi: 10.1037/0033-2909.95.3.542
- Diener, E. y Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. En D. Kahneman, E. Diener y N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-227). New York: Russell Sage.
- Figueroa Sánchez, V.C (2020). Bienestar subjetivo en estudiantes universitarios: una revisión teórica. En: [Bienestar subjetivo en estudiantes universitarios: una revisión teórica \(ucsp.edu.pe\)](#)
- Medina Romero, L. D & Meneses Ruiz, D. M. (2029). Estrategias de afrontamiento y bienestar subjetivo: un estudio correlacional en estudiantes universitarios. <http://dx.doi.org/10.15332/tq.pre.2019.00382>
- Murillo Muñoz, J., Rentería, M. F. (2023). Bienestar subjetivo y satisfacciones de dominios en estudiantes universitarios colombianos. *Interdisciplinaria*, 2023, 40(2), 245-263, <https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.2.15>
- Serruto Álvarez, V. & Aldazabal Torres, R. (2014). Bienestar Subjetivo y Creatividad en Estudiantes de Post-Grado de la Universidad Católica de Santa María. Universidad Católica de Santa María.
- Vera Noriega, J. A., Zavaleta Díaz, G. D., Solís Hernández, J., Santiz López, J. E. (2011). "Bienestar subjetivo en estudiantes universitarios indígenas", en Barraza Macías, A. & Jaik Dipp, A. (2011). *Estrés, burnout y bienestar subjetivo. Investigaciones sobre la salud mental de los agentes educativos*. Instituto Universitario Anglo Español / Red Durango de Investigadores Educativos A. C.
- Vielma Rangel, J., L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Educere*, 14(49), 265-275.
- Vinaccia Alpi, E., Parada, N., Quiceno, J.M., Riveros Munévar, F., & Vera Maldonado, L.A. (2019). Escala de satisfacción con la vida (SWLS): análisis de validez, confiabilidad y baremos para estudiantes universitarios de Bogotá. *Psicogente* 22(42), 1-20. <https://doi.org/10.17081/psico.22.42.3468>
- Vinaccia Alpi, S. Quiceno, J. M., Riveros Munévar, F., & Vera Maldonado, L. A. (2019) Escala de satisfacción con la vida (SWLS): análisis de validez, confiabilidad y baremos para estudiantes universitarios de Bogotá. En: [0124-0137-psico-22-42-00001.pdf \(scielo.org.co\)](#)