

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA



**Aspiraciones laborales y bienestar psicológico en estudiantes universitarios
de Lambayeque en 2022**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

Veronica Marisol Hernandez Vargas

ASESOR

Noelia Gasdaly Cherres Gamboa

<https://orcid.org/0009-0004-4234-4474>

Chiclayo, 2024

**Aspiraciones laborales y bienestar psicológico en estudiantes
universitarios de Lambayeque en 2022**

PRESENTADA POR

Veronica Marisol Hernandez Vargas

A la Facultad de Medicina de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

APROBADA POR

Cora Elizabeth Valle Temoche

PRESIDENTE

Lisbeth Cinthia Nohelia Sánchez Morales

SECRETARIO

Noelia Gasdaly Cherres Gamboa

VOCAL

Dedicatoria

A mi niña interior que luchó por no rendirse en el proceso.

Agradecimientos

A mis padres y hermana, por su apoyo incondicional. A mi asesora temática y asesor metodológico a quienes, a pesar de la virtualidad, siempre recordaré y guardaré especial cariño por la paciencia, los consejos, las enseñanzas en el tiempo trabajando juntos, por su gran soporte y comprensión en momentos difíciles. A mis amigas que se convirtieron en familia, gracias por ser mi nidito de alegría.

Aspiraciones laborales y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lambayeque en 2022

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
2	idoc.pub Fuente de Internet	1%
3	bonga.unisimon.edu.co Fuente de Internet	1%
4	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
5	repositorio.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Pontificia Universidad Católica del Perú Trabajo del estudiante	1%
8	www.coursehero.com Fuente de Internet	1%
9	core.ac.uk Fuente de Internet	

Índice

Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
Revisión de Literatura	9
Materiales y Métodos	12
Resultados y Discusión	14
Conclusiones	18
Recomendaciones	18
Referencias	19
Anexos	23

Resumen

Las aspiraciones influyen en el tipo de experiencias que tienen las personas, en su felicidad y las decisiones que tomarán en la vida, es por ello que se les considera una buena forma para entender el bienestar psicológico y la buena vida. La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre aspiraciones laborales y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lambayeque en 2022. Se trabajó bajo un enfoque cuantitativo y se usó un diseño no experimental de tipo correlacional. La población estuvo conformada por 105 estudiantes de los últimos ciclos de la carrera de Psicología, asimismo, se empleó un muestreo de tipo censal dado que se trabajó con toda la población. Los instrumentos que se aplicaron fueron el Índice de Aspiraciones Laborales y la Escala de Bienestar Psicológico, ambas adaptadas al contexto peruano. Los resultados del estudio demostraron una relación positiva entre las variables, es decir, que a mayor aspiración laboral intrínseca tengan los estudiantes, mayor será su bienestar psicológico. Pese a ello, también se encontró que valorar las aspiraciones extrínsecas a la misma magnitud que a las aspiraciones intrínsecas no disminuiría el sentido de bienestar, pues estas se complementarían.

Palabras clave. Aspiraciones Laborales, Bienestar Psicológico, Estudiantes Universitarios, Psicología.

Abstract

Aspirations influence the type of experiences people have, their happiness, and the decisions they will make in life, which is why they are considered a good way to understand psychological well-being and the good life. The research aimed to determine the relationship between work aspirations and psychological well-being in university students in Lambayeque in 2022. A quantitative approach was used and a non-experimental correlational design was used. The population consisted of 105 students from the last cycles of the Psychology degree, and a census-type sample was used since the entire population was worked with. The instruments applied were the Work Aspirations Index and the Psychological Well-being Scale, both adapted to the Peruvian context. The results of the study demonstrated a positive relationship between the variables, that is, the greater the intrinsic work aspirations the students have, the greater their psychological well-being. However, it was also found that valuing extrinsic aspirations to the same extent as intrinsic aspirations would not diminish the sense of well-being, since they would complement each other.

Keywords: Labor Aspirations, Psychological Well-being, University Students, Psychology.

Introducción

El reto para los estudiantes que están próximos a culminar su carrera universitaria cuenta con diversas implicaciones, entre ellas, el empezar a visualizar quiénes son frente al mundo en términos de carrera, relaciones amicales, familia, vivienda, etc. (Bordignon, 2005, como se cita en Rosa & Quiñones, 2012). Es precisamente en este momento que se encuentran discutiendo sobre sus aspiraciones laborales (Brdar et al., 2009).

Así pues, se entiende que las aspiraciones son pensamientos, deseos e ideas orientadas hacia un objetivo personal en el ámbito laboral, es decir, una realidad o resultados que les gustaría reflejar en su vida, y por ello gran parte de sus acciones se centran en la consecución de los mismos (Brdar et al.; Brown & Huning, 2010).

Según la teoría, existen dos tipos de aspiraciones y sus respectivas fuentes de satisfacción. Por un lado, las aspiraciones intrínsecas son aquellos deseos inherentemente satisfactorios de perseguir por ser congruentes con las necesidades básicas. Dentro de ella, se encuentran tres metas principales, las de crecimiento personal, afiliación y sentimiento comunitario. Por otro lado, las aspiraciones extrínsecas, se orientan más por obtener recompensas y la actividad realizada suele ser medio para algún fin. Esta a su vez está conformada por las metas de éxito financiero, la imagen y la popularidad (Kasser, 2005; Ryan & Deci 2000).

Por lo mencionado, las aspiraciones son una buena forma de entender el bienestar de las personas, pues ello va a influir en el tipo de experiencias que tengan las personas, en su felicidad y en las decisiones que tomarán en su vida. De hecho los psicólogos consideran que la búsqueda de metas es vital para alcanzar el bienestar y la buena vida (Brdar et al., 2009; Kasser, 2005).

En este sentido, el bienestar psicológico es un constructo que expresa el adecuado funcionamiento (físico, psíquico y social) de las personas, demostrándose a partir del crecimiento personal y de la satisfacción con la vida de acuerdo sus propios intereses y valores (Aguilar et al., 2009 como se cita en Rosales, 2018, Carmen, et al., 2000; Diaz et al., 2006, como se cita en Rosa & Quiñones, 2012).

Diversos estudios a nivel internacional muestran que cuando las aspiraciones de las personas tienen una gran dosis de metas extrínsecas y menor en metas intrínsecas, reportan menos felicidad, menos satisfacción con la vida y menor sensación de vitalidad y autorrealización, lo cual pone de manifiesto que las aspiraciones extrínsecas no sólo disminuyen la felicidad, sino que vuelven a las personas dependientes de la sociedad en la que viven y las conducen a mayores niveles de psicopatología, pues se reportan mayores casos de ansiedad, depresión, trastornos de conducta, de personalidad, abuso de sustancias y demás (Brdar et al., 2009; Kasser, 2005).

En el Perú, no se han encontrado artículos de investigación que relacionen únicamente las variables mencionadas, sin embargo, se cuenta con la presencia de estudios que los correlacionan con otras. Respecto al bienestar psicológico los resultados demostraron que los estudiantes presentan un nivel promedio en las dimensiones de autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida (Arias et al., 2013; Carranza et al., 2017; Escudero, 2017; Hinojosa, 2021).

En relación a las aspiraciones laborales, los resultados demostraron que los estudiantes, al mantener aspiraciones intrínsecas, tienen una mayor satisfacción con la vida, así como menos signos de mala salud o agotamiento emocional (Cárdenas, 2011; Paredes, 2015; Rodas, 2019; Vega 2019).

Partiendo de esta realidad surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre aspiraciones laborales y bienestar psicológico en una muestra de estudiantes universitarios de Lambayeque en 2022?

De acuerdo al planteamiento del problema se tiene como objetivo identificar la relación entre aspiraciones laborales y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lambayeque en 2022, determinando específicamente los niveles de las aspiraciones, como también sus niveles de bienestar psicológico.

La presente investigación surge de la necesidad de conocer cómo las aspiraciones laborales que poseen los jóvenes universitarios son una buena forma de entender el bienestar psicológico que podrían obtener en un futuro. De esta manera, a nivel educativo, se pretende proporcionar información valiosa a las instituciones para que, en el caso consideren pertinente, evalúen si requieren algún tipo de intervención en su programa de estudios y puedan adoptar medidas para promover la orientación adecuada de metas en los estudiantes.

Por otro lado, en el ámbito de las organizaciones, el estudio puede aportar contenido valioso ya que las variables resultan relevantes para promover el bienestar psicológico de sus colaboradores, fomentar la retención y cuidado del talento humano, incrementar la filiación, así como la disminución el índice de rotación de personal, el burnout, y posibles psicopatologías.

Finalmente, debido a que son escasas las investigaciones de alcance nacional y regional que hayan estudiado a profundidad y relacionado directamente las variables en mención, el presente trabajo es oportuno para ampliar conocimiento en el área, además de ser útil como referente para próximas investigaciones cuyo enfoque metodológico sea similar.

Revisión de Literatura

Antecedentes

En Singapur se realizó un estudio con la finalidad de determinar si los valores centrados en el dinero, imagen y popularidad están asociados con un menor bienestar. El diseño de la investigación fue transversal de tipo correlacional y su muestra estuvo conformada por 92 estudiantes universitarios (26 hombres y 66 mujeres) de la carrera de negocios entre 19 y 30 años. Se les aplicó los instrumentos de Índice de Aspiraciones, Escala de Autorrealización, Vitalidad, Ansiedad, Salud Física y Felicidad. Los resultados demostraron que los estudiantes que habían internalizado fuertemente los valores materialistas tenían una menor autorrealización, vitalidad y felicidad, así como un aumento de la ansiedad, la sintomatología física y la infelicidad. Asimismo, se observó que todas las correlaciones fueron consistentes con hallazgos anteriores que sugieren que centrarse en los valores intrínsecos se asocia con un mayor bienestar (Kasser & Ahuvia, 2002).

En Bélgica en el 2006, Vansteenkiste y sus colaboradores realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación entre las aspiraciones extrínsecas y el bienestar psicológico entre los estudiantes de negocios y de educación. El diseño del estudio fue transversal de tipo correlacional con una muestra conformada por 119 estudiantes de negocios (54 hombres, 65 mujeres) y 129 estudiantes de educación (21 hombres, 108 mujeres) entre 18 y 20 años. Se les aplicó los instrumentos de Índice de Aspiraciones, Escala de Satisfacción con la Vida y el Índice de Vitalidad. Los resultados demostraron que los estudiantes de negocios están menos satisfechos con su vida actual y se sienten menos vitales a comparación de los estudiantes de educación quienes atribuyen mayor valencia a valores intrínsecos. Asimismo, se observó que los valores extrínsecos y el bienestar estaban fuertemente correlacionados negativamente en su muestra, es decir, que a mayor metas extrínsecas, menor bienestar psicológico.

En Perú, no se han encontrado artículos de investigación que relacionen las variables mencionadas, sin embargo, se cuenta con la presencia de estudios que los correlacionan con otras variables. En Tarapoto se realizó un estudio con el objetivo de determinar la relación que existe entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico. El diseño de la investigación fue transversal de tipo descriptivo correlacional con una muestra conformada por 210

estudiantes universitarios (68 hombres y 134 mujeres) de Psicología entre 16 y 30 años y se les aplicó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados demostraron que los estudiantes presentan un nivel promedio en las dimensiones de autoaceptación, dominio del entorno, autonomía, crecimiento personal y propósito en la vida mientras que en un nivel bajo se encuentran las relaciones positivas (Carranza et al., 2017).

Por otro lado, en Trujillo, Rodas (2019) realizó una investigación con la finalidad de determinar la relación entre las aspiraciones laborales y las dimensiones del burnout. El diseño del estudio fue transversal de tipo correlacional y su muestra estuvo conformada por 319 jóvenes de la ciudad (53% eran mujeres y 47% varones) entre 24 a 56 años. Se les aplicó el Inventario de Burnout de Maslach MBI-GS y el Índice de Aspiraciones Laborales. Los resultados demostraron una relación negativa significativa entre el agotamiento y las aspiraciones intrínsecas, es decir, que a mayor aspiraciones intrínsecas, menor agotamiento. Ello evidencia que aquellas personas que poseen mayores aspiraciones intrínsecas serán menos propensas a manifestar algún signo de mala salud ya sea cansancio o agotamiento emocional, pues al proponerse más metas intrínsecas se satisfacen mejor de las necesidades psicológicas básicas que promueven buena salud, bienestar y vitalidad.

Bases Teóricas

Teoría de la Autodeterminación (TAD). Esta teoría hace un gran énfasis en la importancia de la evolución de los recursos humanos y asume que las personas son organismos activos que tienen tendencias hacia el crecimiento, a dominar su ambiente y a integrar nuevas experiencias que sean coherentes con su yo para así satisfacer sus necesidades (Botella & Ramos, 2019; Deci & Flaste, 1996 como se cita en Stover et al., 2017; Ryan et al., 1997 como se cita en Ryan & Deci, 2000). Además, la TAD al estudiar la motivación, emoción y personalidad del ser humano en contextos sociales, logra tener una comprensión de estos que pueda ser generalizable a las diferentes culturas, siendo aplicable a entornos educativos, laborales, deportivos, clínicos, etc. (Stover et al., 2017).

Motivación. Es un proceso psicológico que se vincula a la activación, dirección y persistencia de una conducta para lograr determinados objetivos. Dentro del entorno laboral la motivación ha sido objeto de un amplio análisis, en los que se puede diferenciar tanto las motivaciones intrínsecas como extrínsecas (Solf, 2006). Según la TAD, la motivación presenta diferentes niveles, sin embargo, son dos niveles las relevantes para el presente estudio:

Motivación Intrínseca. Se caracteriza por el deseo y voluntad de realizar una actividad por la simple satisfacción inherente que produce, de modo que, cuando una persona está intrínsecamente motivada, esta se mueve a actuar por la diversión, por las experiencias positivas, la ampliación de las propias capacidades o por el desafío que implica la actividad, más que por presiones o recompensas externas (Ryan & Deci, 2000).

Motivación Extrínseca. Se caracteriza por el deseo de realizar una actividad, por las consecuencias que produce, es decir, para obtener una recompensa o para evitar un castigo (Morris & Maisto, 2005). Ryan y Deci (2000) como se cita en Botella & Ramos (2019), añaden que esta motivación viene determinada por su valor instrumental y los diferentes grados de implicación en una actividad con el fin de recibir un incentivo.

Aspiraciones Laborales. Esta teoría hace referencia a los pensamientos, deseos e ideas orientadas hacia un objetivo personal en el ámbito laboral, es decir, una realidad o resultados que les gustaría reflejar en su ideal de calidad de vida, y por ello gran parte de sus acciones se centran en la consecución de los mismos (Arrieta et al., 2016; Brdar et al., 2009; Brown & Huning, 2010). La teoría refiere que existen dos tipos de aspiraciones y sus respectivas fuentes de satisfacción.

Aspiraciones Intrínsecas. Se caracterizan por ser inherentemente satisfactorias de perseguir porque tienden a ser congruentes con importantes necesidades psicológicas. Existen tres metas intrínsecas principales, las metas de crecimiento personal que se refieren a los esfuerzos por comprender más a uno mismo y perseguir los propios intereses y vocaciones. Las metas de afiliación suponen estar estrechamente conectado con familiares y amigos. Finalmente, las metas de sentimiento comunitario refieren principalmente el tratar de mejorar el estado del mundo en general a través de las propias acciones y actividades prosociales (Kasser y Ryan, 1993; Kasser, 2005; Rijavec et al., 2008).

Aspiraciones Extrínsecas. Se centran en obtener recompensas y elogios externos, y en que suelen ser medios para algún otro fin y como tales, no son satisfactorios en sí mismos. Existen tres metas extrínsecas principales, las metas de éxito financiero que se refieren a ganar grandes cantidades de dinero y tener muchas posesiones. Las metas de imagen implican tener una apariencia física atractiva y estar “a la moda”. Finalmente, las metas de popularidad son el ser conocido y admirado y tener un alto estatus (Kasser y Ryan, 1993; Kasser, 2005; Rijavec et al., 2008).

Bienestar Psicológico. Es un constructo evaluativo multidimensional. Hace referencia a la valoración que hace una persona sobre el resultado logrado por haber vivido de una determinada forma según su edad, sexo y cultura, es decir una valoración sobre las capacidades y el crecimiento personal que ha obtenido, y donde además demuestra indicadores de funcionamiento positivo (Castro, 2009; Sandoval et al., 2017). El bienestar se va construyendo a través del desarrollo psicológico de la persona y de la capacidad para relacionarse de manera positiva e integrada con sus experiencias de vida. Se puede medir a través de algunos de sus componentes, tanto afectivos como cognitivos, los cuales tienen que ser analizados en diferentes contextos, entre otros, la familia y el espacio laboral (Rosa & Quiñones, 2012; Sandoval et al., 2017).

Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico. Carol Ryff ofrece una interesante perspectiva con su modelo, el cual nace de una crítica a los estudios clásicos que consideraban el bienestar psicológico como la simple ausencia de malestar o de trastornos psicológicos, ignorando la unión de teorías sobre la autorrealización, el funcionamiento mental óptimo, el ciclo y el significado vital (Castro, 2009).

Tal es el caso que cuando una persona es llamada a realizar una evaluación de su bienestar psicológico, factores laborales, ambientales, socioeconómicos e interpersonales impactan en la noción sobre ello (Rosa & Quiñones, 2012). Dentro de esta integración teórica se definen seis dimensiones.

Autoaceptación. Está relacionada al hecho de que las personas se sientan bien consigo mismas y sean conscientes de sus limitaciones. Es una característica central de la madurez y del funcionamiento óptimo de la persona. El individuo realiza una valoración positiva de sí mismo y de su historia, aceptando su pasado y predispuesto a vivir en el aquí y el ahora (Gaxiola & Palomar, 2016; Rosa & Quiñones, 2012; Sandoval et al., 2017).

Autonomía. Corresponde a que el individuo reconoce que puede resistir mejor la presión social y autorregular mejor su comportamiento. Tiene un buen sentido de autodeterminación personal y sostiene su propia individualidad en diferentes contextos sociales. La persona trata de vivir de acuerdo a sus propias convicciones y es capaz de tomar decisiones o actuar de cierta forma y de guiar y evaluar sus comportamientos basados en estándares y valores propios (Gaxiola & Palomar, 2016; Rosa & Quiñones, 2012; Sandoval et al., 2017).

Relación con Otros. Hace referencia a la habilidad que tiene la persona para crear y mantener relaciones cálidas, de confianza, empatía y de intimidad con personas importantes en su vida (Gaxiola & Palomar, 2016; Sandoval et al., 2017). El individuo necesita mantener relaciones sociales estables y tener amigos en los que puedan confiar, ya que ello promueve la

aceptación social y el compromiso (Oramas et al., 2006 como se cita en Rosa & Quiñones, 2012).

Manejo del Ambiente. Se vincula a la habilidad del individuo para poder lidiar con entornos complejos y crear o elegir entornos favorables que se adapten a sus necesidades y capacidades personales. Le permite a la persona la sensación de control sobre los acontecimientos del contexto en el que se encuentra. (Gaxiola & Palomar, 2016; Muratori et al., 2015; Rosa & Quiñones, 2012; Sandoval et al., 2017).

Crecimiento Personal. Indica cómo y en qué medida los sujetos tienen interés por crecer como persona, desarrollar su propio potencial enfrentando nuevos desafíos y usar al máximo sus diferentes capacidades, lo que está relacionado al sentido de autorrealización. Implica que la persona sea capaz de conocerse a sí misma y poder observar las mejoras a través del tiempo. Esta dimensión busca el crecimiento continuo y visualizarse como una persona que evoluciona (Gaxiola & Palomar, 2016; Muratori et al., 2015; Rosa & Quiñones, 2012; Sandoval et al., 2017).

Sentido de Vida. Esta dimensión aborda el aspecto más existencial en donde el individuo se pregunta sobre el significado y dirección de su vida, lo cual requiere de su participación activa y actitud reflexiva para alcanzar su propósito. Se relaciona con la capacidad para tener metas claras y un sentido de direccionalidad e intencionalidad. Implica un proceso de desarrollo, maduración y adaptación al cambio (Gaxiola & Palomar, 2016; Muratori et al., 2015; Rosa & Quiñones, 2012; Sandoval et al., 2017).

Materiales y Métodos

Diseño de investigación.

El enfoque que asume la presente investigación es de tipo cuantitativo con diseño no experimental - transversal, es decir que se realizó un estudio donde solo se observó el fenómeno en su contexto natural sin llegar a manipular las variables. (Hernández et al., 2014).

Del mismo modo, el trabajo de investigación es de tipo correlacional ya que se desea estudiar la relación que existe entre las variables en un contexto específico (Hernández et al., 2014). En esta ocasión se trata de un estudio sobre la relación entre las aspiraciones laborales y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lambayeque, 2022.

Participantes.

La presente investigación tuvo como población objetivo a 105 estudiantes universitarios de ambos sexos pertenecientes a los últimos ciclos (8°, 9° y 10°) de la carrera de Psicología, quienes debieron estar matriculados en el semestre 2022 - II en instituciones universitarias públicas o privadas de Lambayeque en 2022.

Para fines de esta investigación se empleó un muestreo de tipo censal dado que se trabajó con toda la población.

Respecto a los criterios de inclusión, se consideró a estudiantes universitarios de la carrera de Psicología, quienes debieron ser alumnos regulares y matriculados en el semestre 2022 - II en las universidades de Lambayeque en 2022.

Técnicas e instrumentos.

Como técnica de recolección de datos se usó la encuesta a través de un cuestionario virtual, donde los participantes respondieron a una ficha demográfica y a los siguientes instrumentos (Ver Anexo 1, 2 y 3):

Ficha de Datos Demográficos. Por medio de esta ficha se solicitó a los estudiantes escribir y seleccionar los datos correspondientes a su nombre, edad, sexo, estado civil, universidad y ciclo de estudios.

Índice de Aspiraciones Laborales (AI; Kasser T. y Ryan R. 1996, adaptado en Perú por Cárdenas, 2011). El instrumento está diseñado para ser aplicado en adultos evaluando las dimensiones de aspiraciones extrínsecas (dinero, fama e imagen) y las aspiraciones intrínsecas (crecimiento personal, relaciones interpersonales y apoyo a la comunidad). Consta de 30 metas de las cuales se deberá responder tres preguntas en cada una, es decir que cada participante debe responder un total de 90 ítems. Cada ítem deberá ser respondido en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 representa nada importante y 7 muy importante. Las instrucciones para su calificación se adecua a la suma de los ítems para alcanzar un puntaje total, siendo a mayor puntaje obtenido, mayor aspiración extrínseca o intrínseca. Un estudio previo confirma su validación en Perú (Cárdenas 2011) sosteniendo aceptables niveles de confiabilidad, siendo así un alfa de Cronbach de .96 en aspiraciones extrínsecas y un .95 en aspiraciones intrínsecas.

Escala de Bienestar Psicológico (PWBS; C. Ryff 1987, adaptado en Perú por M. Cubas, 2003). El instrumento está diseñado para ser aplicado en adultos evaluando las dimensiones de autoaceptación, crecimiento personal, relaciones positivas, manejo del ambiente, autonomía y sentido de vida. Consta de 84 ítems y cada ítem debe ser respondido en una escala tipo Likert de 6 puntos, donde 1 representa totalmente en desacuerdo y 6 totalmente de acuerdo. Las instrucciones para su calificación se adecua a la suma de los ítems para alcanzar un puntaje total, siendo a mayor puntaje obtenido, mayor bienestar psicológico. Estas puntuaciones son invertidas cuando los ítems sean presentados en dirección negativa. Estudios previos como los de Chávez (2008) y Campos (2018) confirman su validación en Perú, sosteniendo aceptables niveles de confiabilidad, siendo así un alfa de Cronbach de .89 (Neira, 2017).

Procedimientos.

Para realizar la investigación, teniendo en cuenta el contexto de Covid19 y que no todas las universidades desarrollan sus clases en modalidad presencial, se siguió la Metodología Basada en Internet, la cual permitió recoger información mediante redes sociales como lo es Whatsapp.

Posteriormente, se coordinó con las personas estratégicas (puente de conexión con la población) las fechas de aplicación de los instrumentos (desde fines de Noviembre hasta inicios de Diciembre). Se les envió un mensaje de invitación vía chat de la red social y se les solicitó compartirlo con sus compañeros por el mismo medio.

El mensaje invita a los jóvenes universitarios a colaborar con la investigación en aproximadamente 30 minutos de forma totalmente libre y voluntaria. El enlace del formulario tuvo adjunto el consentimiento informado (ver Anexo 3), una ficha de datos personales (sexo, edad, ciclo de estudios y ocupación) y los instrumentos de Índice de Aspiraciones Laborales y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Finalmente, cuando los estudiantes completaron el formulario les apareció una nota de agradecimiento por su participación.

Aspectos éticos.

El proyecto fue presentado al Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo para su respectiva evaluación y posterior aprobación. Además, según el informe del programa Turnitin, el trabajo obtuvo un 19% como índice de similitud (ver Anexo 6).

Respecto a los criterios éticos, la presente investigación trabajó bajo los siguientes principios preestablecidos por la Asociación Americana de Psicología (APA, 2017):

Se cumplió con el Principio de Beneficencia y No Maleficencia mediante el consentimiento informado indicando a los estudiantes que su participación en el estudio no proveerá riesgos.

En cuanto al Principio de Fidelidad y Responsabilidad, se indicó a los participantes la finalidad del estudio y que la información recogida será totalmente confidencial así como su uso plenamente académico. Asimismo, los datos una vez procesados serán eliminados. En el caso de que los resultados del estudio sean publicados, no se mostrará ningún dato que permita la identificación de las personas que participaron del mismo.

En referencia al Principio de Integridad, se informó a los participantes que la práctica del presente estudio será totalmente honesta respecto a los fines de investigación. No se maximizarán los beneficios ni minimizarán los daños y riesgos.

Del mismo modo se trabajó bajo el Principio de Justicia, pues esta investigación pretende que los participantes que deseen, de manera libre y voluntaria participen, brindándoles un trato justo.

Finalmente se cumplió con el Principio de Respeto a los Derechos y la Dignidad de las Personas, puesto que se indicó a los estudiantes que al aceptar ser partícipes del estudio pueden retirarse de éste en cualquier momento, sin perjuicio alguno, pues su participación es voluntaria, informada y no coaccionada. Dentro de esta línea se respeta la libertad expresión, diferencias culturales e individuales, la identidad de género, la raza, el origen étnico, la religión, la orientación sexual, la discapacidad, el nivel socioeconómico, etc.

Procesamiento y análisis de datos.

Tras la aplicación de los instrumentos, la herramienta Google Forms permitió obtener una base de datos de forma inmediata según las puntuaciones de los instrumentos. Una vez descargada la data, se codificó a cada participante en el documento Excel y se sumó sus puntuaciones directas para que más adelante se les asigne una categoría según baremos.

Paralelamente, se evaluó la confiabilidad de las puntuaciones obtenidas en el estudio mediante un análisis de consistencia interna de cada escala empleando el coeficiente Alfa de Cronbach, resultando así un α de Cronbach de 0.98 en la escala de Aspiraciones Laborales y un α de Cronbach de 0.975 para la escala de Bienestar Psicológico.

Luego, se procedió a realizar el análisis estadístico de los datos utilizando el programa Jamovi versión 1.6.15. Se utilizó la estadística descriptiva para evaluar inicialmente las frecuencias de tendencia central, dispersión y posición de las características de los participantes, y los puntajes de las subescalas y dimensiones.

Después de ello, se aplicó el análisis de homogeneidad de los datos y distribución de la muestra de Shapiro Wilk para decidir si se aplicaban análisis paramétricos o no paramétricos a las muestras relacionadas. Según los resultados se seleccionó el estadístico no paramétrico de Rho Spearman, pues fue el más adecuado para realizar la correlación entre las variables de estudio (Aspiraciones Laborales y Bienestar Psicológico).

Finalmente, los resultados son presentados a través de tablas según los objetivos planteados en la investigación.

Resultados y Discusión

Relación entre Aspiraciones Laborales y Bienestar Psicológico

Para identificar cómo se relacionan las variables se realizó un análisis correlacional de Spearman. Los resultados demostraron la existencia de una relación positiva, moderada y estadísticamente significativa entre las aspiraciones laborales y bienestar psicológico ($r_s = 0.576$, $p < .001$) en los estudiantes de la Facultad de Psicología de cinco universidades de Lambayeque, confirmando la hipótesis planteada en la presente investigación (ver tabla 1).

Identificar la existencia de una relación positiva entre las variables estudiadas permite comprender que los estudiantes presentan tendencia a perseguir metas orientadas a su crecimiento personal, al sentimiento de apoyo a la comunidad, a la afiliación, al éxito financiero y a la obtención de fama y buena imagen. Estas aspiraciones podrían influenciar

gran parte de su bienestar psicológico dependiendo de los objetivos que decidan alcanzar. Además corresponderá un nivel alto de satisfacción si estas metas son coherentes con las necesidades psicológicas básicas.

Los datos recogidos presentan similitud con otras investigaciones como las de Kasser y Ryan (1993) y Sagiv y Schwartz (2000) quienes al realizar sus estudios con estudiantes de la carrera psicología, encontraron que los jóvenes que valoraban más aspiraciones asociadas a la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, presentaban una mayor salud psicológica sin evidenciar signos de cansancio o agotamiento emocional. Del mismo modo, hallazgos nacionales como los de Paredes (2015), Carranza (2017) y Vega (2019) respaldan estas afirmaciones que derivan inicialmente de autores internacionales. Por el contrario, estudios como los de Kasser y Ahuvia (2002), Grouzet et al. (2005), Vansteenkiste (2006), Cárdenas (2011), Franco (2015) y Rodas (2019), quienes analizaron una población diferente de universitarios perteneciente a las carreras de negocios, administración, economía, ingeniería, medicina, etc. encontraron que los estudiantes orientados a metas que no satisfacen sus necesidades psicológicas básicas, presentaban menor bienestar.

Lo anteriormente mencionado se sustenta en la Teoría de la Autodeterminación (TAD) de Ryan y Deci (2000) al hacer énfasis en la importancia de la evolución de los recursos humanos, asumiendo que las personas son organismos activos que tienen tendencias hacia el crecimiento, a dominar su ambiente e integrar nuevas experiencias coherentes con su yo para así satisfacer sus necesidades. Asimismo la Teoría de las Aspiraciones por Kasser (2005) refiere que existen dos fuentes de satisfacción, las aspiraciones intrínsecas por ser inherentemente agradables de perseguir porque tienden a ser congruentes con las necesidades psicológicas y las aspiraciones extrínsecas por ser medios para conseguir algún otro fin como obtener recompensas y elogios (materialista). De esta manera, el Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico de Ryff ofrece una interesante perspectiva, pues, refiere que la persona cuando se autoevalúa, factores laborales, ambientales, socioeconómicos e interpersonales impactan sobre ello. Factores como la autoaceptación, el crecimiento personal, la relación con otros influyen en un buen estado de bienestar psicológico (Castro, 2009).

Se encontró que la variable de bienestar psicológico presenta una relación positiva y altamente significativa con las subdimensiones de crecimiento personal ($r_s = 0.738$, $p < .001$) y de relaciones interpersonales ($r_s = 0.778$, $p < .001$). Sin embargo con la subdimensión de apoyo a la comunidad obtuvo una correlación moderada pero altamente significativa ($r_s = 0.661$, $p < .001$) (ver tabla 2). Por otro lado, no se encontró relación entre el bienestar psicológico y las subdimensiones de dinero ($r_s = 0.047$, $p = 0.631$) y fama ($r_s = 0.168$, $p = 0.086$), aunque respecto a la subdimensión de imagen, se detectó una correlación baja pero significativa ($r_s = 0.286$, $p = 0.003$) (ver tabla 3).

Este análisis sugiere que los participantes muestran tendencia a valorar con mayor fuerza las aspiraciones intrínsecas (crecimiento personal, relaciones interpersonales y apoyo a la comunidad), es decir, que se mueven a actuar por la diversión, por las experiencias positivas asociadas con el ejercicio o la ampliación de las propias capacidades, más que por estímulos, presiones o recompensas externas. Estos valores intrínsecos, están asociadas a la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas e inherentes que promueven empatía, buena salud, comportamiento prosocial e inclinación hacia relaciones cálidas y duraderas, y el sentimiento de bienestar y vitalidad. Mismos que podrían incrementar la eficacia a nivel profesional (Rodas, 2019). Asimismo, esta correlación positiva puede deberse a que las razones por las que están estudiando la carrera están alineadas a sus intereses personales, lo cual puede promover su bienestar psicológico (Vega, 2019).

Todo lo contrario ocurre con las subdimensiones extrínsecas referentes al dinero, fama e imagen. Esto se podría justificar debido a que su búsqueda y los esfuerzos por alcanzarlos

pueden distraer nuestra atención para satisfacer una meta que propicie bienestar. Los objetivos extrínsecos se vuelven dependientes de las circunstancias del tiempo y la sociedad en la que viven e incluso pueden convertirse en víctimas de cosas como la moda, los símbolos de estatus, el atractivo (Brdar y Rijavec y Miljkovic, 2009), ocasionando un menor ajuste psicológico (Kasser y Ryan, 1993) y reportando menor autorrealización y vitalidad, menos experiencias de afecto positivo y más depresión, ansiedad, narcisismo y problemas de sustancias. El bienestar de las personas no mejora a medida que aumenta su riqueza. Las ambiciones materialistas, incluso cuando se persiguen con éxito, son relativamente vacías en términos de potenciar beneficios de bienestar (Kasser y Ahuvia, 2002).

El resultado obtenido se asemeja a los de Kasser y Ryan (1993), Sagiv y Schwartz (2000), Paredes (2015), Carranza et al., (2017) y Vega (2019), pues encontraron en sus investigaciones que los estudiantes de psicología (de diversas nacionalidades) cuyos dominios se centraban en la autoaceptación, sentimiento de apoyo a la comunidad y afiliación generalmente se asociaron con una mayor vitalidad, mejor rendimiento académico y menor psicopatología como la ansiedad, depresión, entre otros, y por ende, mayor bienestar. Por el contrario, estudios como los de Kasser y Ahuvia (2002), Grouzet et al. (2005), Vansteenkiste (2006), Cárdenas (2011), Franco (2015) y Rodas (2019), quienes realizaron sus investigaciones con universitarios pertenecientes otras carreras refirieron que el éxito financiero está negativamente relacionado con el bienestar y la salud mental de los estudiantes aumentando su participación en el uso de sustancias y asociándose psicopatologías.

Lo expuesto es consistente con lo planteado por la teoría de aspiraciones de Kasser (2005), quien sostiene que, ante determinados valores y objetivos que tenga una persona, estos puedan influir en su bienestar psicológico y físico. De esta manera, una persona que aspire a obtener grandes cantidades de dinero y ponga énfasis únicamente en conseguir este objetivo particular, probablemente trabaje más horas a la semana y le quede poco tiempo para dedicarse a actividades placenteras a nivel individual como grupal, siendo resultado de esta elección, mayores índices de estrés, ansiedad, depresión, consumo de sustancias, entre otros. En general, menor bienestar psicológico.

Niveles de las Aspiraciones Laborales Intrínsecas y Extrínsecas

Los resultados reportan que de la población total de estudiantes que se tomó para el presente estudio, el 49% de universitarios valora a un nivel moderado sus aspiraciones intrínsecas, mientras que el 47% del total de participantes también considero importante sus aspiraciones extrínsecas a un nivel moderado (ver tabla 4). Por otro lado, respecto a las subdimensiones intrínsecas, el 49% de la población total considera a un nivel moderado su crecimiento personal, el 35% del total aspiran mantener o incrementar sus relaciones interpersonales a un nivel alto y el 35% del total de estudiantes presentan un nivel bajo respecto al apoyo a la comunidad (ver tabla 5). Finalmente, en relación a las subdimensiones extrínsecas, el 31% del total de universitarios les motiva a un nivel alto alcanzar el éxito financiero, al 44% de participantes los impulsa a nivel moderado el objetivo de conseguir fama y el 36% del total de estudiantes aspiran a un nivel alto lograr una buena imagen (ver tabla 6).

Al observar los datos analizados se puede resaltar que la meta de crecimiento personal fue la que mayor puntaje obtuvo entre todas las aspiraciones laborales, del mismo modo ocurrió con la meta de relaciones interpersonales, ello podría ser indicador que los estudiantes priorizan crecer como persona, desarrollar su propio potencial enfrentando nuevos desafíos, usar al máximo sus diferentes habilidades y competencias, y crear y mantener relaciones sociales estables con personas en las que pueda confiar (Gaxiola & Palomar, 2016; Muratori et al., 2015; Rosa & Quiñones, 2012; Sandoval et al., 2017). Pese a estos resultados, sorprendió encontrar que la meta de apoyo a la comunidad presentaba niveles bajos, lo cual,

podría dar a entender que esta población tendría una baja motivación o estarían poco asociados hacia labores y actividades prosociales como el trabajo voluntario. A pesar de que el nivel moderado evidencia una mayor frecuencia, se esperaba una cifra menor en el nivel bajo.

En cuanto a las metas extrínsecas se puede resaltar que, los jóvenes presentan alta motivación para alcanzar el éxito financiero y una buena imagen, mientras que por otro lado, aspiran a un nivel moderado conseguir fama. Aunque estos resultados significarían la existencia de un bajo nivel en su bienestar psicológico, la evidencia también demuestra y justifica que estas cifras podrían manifestarse debido a que estos objetivos extrínsecos ayudaría a cubrir la necesidad de ser reconocidos y valorados por la labor que realizan a favor de la sociedad (responsabilidad social), la necesidad de enriquecer su autoestima y autoconcepto mediante su apariencia física y las necesidades de lograr una seguridad financiera básica como instinto de supervivencia, ello no disminuirían el bienestar de las personas.

Estos hallazgos coinciden con lo concluido por Rodas (2019) y Vega (2019) al identificar la existencia de una relación positiva entre las aspiraciones intrínsecas y extrínsecas, sugiriendo aspectos positivos como el que los estudiantes le den importancia a ambos tipos de aspiraciones o como que los jóvenes estudian psicología para poder realizar cambios significativos en la sociedad, pero desean ser reconocidos por realizar dicho cambio y ser recompensados económicamente por su trabajo (fama y fortuna) (Vega, 2019).

Lo expuesto se fundamenta en la Teoría de Autodeterminación de Deci y Ryan quienes argumentaron que la búsqueda de recompensas extrínsecas no es ni positiva ni negativa; sin embargo, la concentración excesiva en las recompensas externas puede distraer a las personas de los esfuerzos intrínsecos e interferir con la integración personal. Las personas que están especialmente enfocadas en obtener retribuciones materialistas o aprobación tienen mayor orientación al control, un estilo de personalidad caracterizado por un enfoque en las fuentes externas de regulación del comportamiento y adopción de actitudes (Kasser y Ryan, 1993).

Niveles de Bienestar Psicológico

Los resultados evidencian que los niveles de bienestar psicológico se distribuyen en tres categorías: el 26% de los estudiantes presentan un nivel de bienestar bajo, el 49% un nivel moderado y el 26% un nivel alto (ver tabla 7).

En este caso, la investigación halló que no se alteraba negativamente el bienestar psicológico de la población por valorar las aspiraciones intrínsecas y extrínsecas de manera similar. Obtener estos resultados refleja que la mayor parte de jóvenes universitarios pertenecientes a la facultad de psicología gozan de su proceso de crecimiento personal, desean mantener o incrementar sus relaciones sociales positivas y una apariencia física saludable, así como de ser reconocidos por su trabajo y obtener algún incentivo monetario.

Como se puede apreciar, a pesar de lo comentado en el primer apartado, las consecuencias de las aspiraciones extrínsecas no siempre serán negativas, pues dependiendo del enfoque y primacía que se les otorgue, estas influenciarían positiva o negativamente el bienestar psicológico del individuo. Ello se demostró en un estudio de Kasser et al. (2014), pues cuando las personas altamente materialistas recibían una intervención, experimentaron aumentos de autoestima durante los siguientes meses. Por lo tanto, el bienestar cambia a medida que las personas cambian su enfoque relativo en sus metas materialistas.

Limitaciones y Bondades

Una de las primeras limitaciones fue la cantidad de ítems que contiene cada instrumento, pues por su extensión pudo generar cansancio y/o distracción en los participantes

y por ende un sesgo al resolverlos. Otra de las limitantes fue la población, pues al ser únicamente aplicado a estudiantes universitarios de la carrera de Psicología, esta no será una muestra representativa de la población en general. Hubiera sido interesante acceder a conocer las motivaciones de estudiantes de otras facultades. Finalmente, los resultados se basan en una cantidad relativamente pequeña de estudiantes, lo que limita su generalización.

A pesar de estas barreras, los resultados proporcionan información importante sobre la organización de los esfuerzos y actividades humanas para la consecución de metas en los estudiantes de la facultad de Psicología de Lambayeque, permitiendo tener un amplio panorama de la realidad en esta población. Es posible que a partir de los hallazgos se propongan planes de promoción para incentivar a los jóvenes a participar de actividades y labores que fortalezcan sus metas intrínsecas (trabajo comunitario, voluntariado, etc) y planes de intervención para disminuir la presencia de bajos niveles de bienestar en la población y evitar factores de riesgo asociados a psicopatología. Por último es importante resaltar que, existen escasas investigaciones sobre la relación entre las aspiraciones laborales y bienestar psicológico a nivel regional, de esto modo, el estudio estaría generando un aporte a la comunidad científica llenando un vacío en conocimientos sobre salud ocupacional.

Conclusiones

En resumen se encontró la existencia de una relación positiva moderada entre las aspiraciones laborales y el bienestar psicológico, siendo las subdimensiones de las aspiraciones intrínsecas las que mantienen mayor correlación con el bienestar psicológico.

Del mismo modo se halló que los niveles tanto de aspiraciones laborales intrínsecas como extrínsecas se ubican en un nivel moderado. Ello significa que estas cifras podrían manifestarse debido a que estos objetivos extrínsecos ayudaría a complementar ciertas necesidades intrínsecas.

Finalmente, los resultados evidencian que el bienestar psicológico se distribuye con mayor frecuencia en el nivel moderado, seguido del nivel alto. Ello demuestra que valorar las aspiraciones extrínsecas a la misma magnitud que a las aspiraciones intrínsecas no disminuiría nuestro sentido de bienestar.

Recomendaciones

En primera instancia se recomienda la posibilidad de ampliar la población estudiantes de diferentes carreras universitarias para obtener resultados que permitan apreciar un panorama más completo. Del mismo modo resulta importante considerar muestras homogéneas en cuanto a sexo para realizar análisis con esta variable.

También sería conveniente que futuras investigaciones consideren instrumentos abreviados para así obtener menos índice de sesgo.

Finalmente se sugiere a las instituciones en la que se desarrolló la investigación, que a partir de los resultados encontrados, puedan implementar medidas de acción, como programas de promoción e intervención (desde inicios de la carrera) que incluyan actividades que contribuyan al bienestar de los estudiantes.

Referencias

- American Psychological Association. (2017). Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. <https://www.apa.org/ethics/code>
- Arias, G., Navarrete, F. & Flor, M. (2013). Factores Asociados al Bienestar Psicológico de los Estudiantes de la Escuela Académico-Profesional de Odontología de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann. *Revista Medica Basadrina*, 7(2), 28 - 30. <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/rmb/article/view/529/524>
- Arrieta, C., Medina, A., Obregón, L., & Solari, A. (2016). *Aspiraciones Laborales de Hombres y Mujeres Profesionales*. [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional de la Pontificia Universidad Católica del Perú. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/7992>
- Botella, A., & Ramos, P. (2019). La Teoría de la Autodeterminación: Un Marco Motivacional para el Aprendizaje Basado en Proyectos. *Contextos Educativos Revista de Educación*, 24, 253-269. https://www.researchgate.net/publication/336780018_La_teor%C3%ADa_de_la_autodeterminaci%C3%B3n_un_marco_motivacional_para_el_aprendizaje_basado_en_proyectos
- Brdar, I., Rijavec, M. & Miljkovic, D. (2009). Life Goals and Well – Being: Are Extrinsic Aspirations Always Detrimental to Well – Being? *Psychological Topics*, 18(2), 317 – 334. <https://www.proquest.com/docview/750520208/fulltextPDF/8FD932005A564384PQ/1?accountid=37610>
- Brown, S., & Huning, T. (2010). Intrinsic motivation and job satisfaction: the intervening role of goal orientation. *Allied Academies International Conference on Proceedings of the Academy of Organizational Culture, Communications and Conflict*, 15(1), 1-5. <https://www.proquest.com/docview/521259096/fulltextPDF/6B8DCB9D6E4F429BPQ/1?accountid=37610>
- Campos, D. (2018). *Bienestar psicológico en estudiantes (según semestre de estudios y género) de una universidad privada de Lima*. [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1624/tesis%20DANIEL%20CAMPOS%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cárdenas, S. (2011). *Las aspiraciones laborales y el burnout laboral en un grupo de personas que estudian y trabajan en Lima*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/314812>
- Carmen, R., García, V. & González, I. (2000). La categoría Bienestar Psicológico - Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 16(6), 586-92. <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v16n6/mgi10600.pdf>
- Carranza, R., Hernández, R., & Alhuay, J. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales*, 13(2), 133-146. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6246945>

- Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 43-72. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27419066004.pdf>
- Chávez, S. (2008). *Bienestar psicológico en practicantes de yoga*. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional de la Pontificia Universidad Católica del Perú. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/627#:~:text=Se%20concluye%20que%20los%20practicantes,seg%C3%BAAn%20el%20tiempo%20de%20pr%C3%A1ctica>
- Escudero, J. (2017). Bienestar psicológico e involucramiento religioso en estudiantes universitarios de Lima. *Revista de Investigación en Psicología*, 20(2), 327 - 346. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/14044/12407>
- Forbes, R. (2013). La psicología organizacional positiva y la mejora organizacional. *CEGESTI: Éxito Empresarial*, (2). http://www.cegesti.org/exitoempresarial/publicaciones/publicacion_227_040313_es.pdf
- Gaxiola, J., & Palomar, J. (2016). *El Bienestar Psicológico: Una mirada desde Latinoamérica*. Ed. 1. México: Qartuppi. <http://qartuppi.com/2016/BIENESTAR.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. Ed. 6. México: McGraw-Hill Education. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Hinojosa, T. (2021). *Bienestar Psicológico en Estudiantes de una Universidad Particular de Huancayo en Tiempos de Pandemia por Covid-19, 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de los Andes]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana de los Andes. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/3443>
- Kasser, T. (2005). Personal Aspirations, The “Good Life” and the law. *Associate Professor of Psychology*, 10(1), 34 – 47. <https://ojs.deakin.edu.au/index.php/dlr/article/view/267/271>
- Kasser, T., & Ahuvia, A. (2002). Materialistic values and well-being in business students. *European Journal of Social Psychology*, 32, 137-146. https://www.researchgate.net/publication/227653522_Materialistic_Values_and_Well-Being_in_Business_Students
- Morris, Ch., & Maisto, A. (2005). *Introducción a la Psicología*. Ed. 12. México: Pearson Educación. <https://psicologiaen.files.wordpress.com/2016/06/morris-introduccion-a-la-psicologia.pdf>
- Muratori, M., & Zubieta, E., Ubillos, S., & González, J., & Bobowik, M. (2015). Felicidad y Bienestar Psicológico: Estudio Comparativo Entre Argentina y España. *PSYKHE*, 24(2), 1-18. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/psykhe/v24n2/art03.pdf>

- Neira, N. (2017). *Las aspiraciones laborales y el burnout en docentes universitarios de la Facultad de Ciencias Físicas y Matemáticas de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana, 2017*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/11326>
- Paredes, M. (2015). *Relación entre intención emprendedora, aspiraciones y satisfacción con la vida en universitarios limeños*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/592786>
- Rijavec, M., Brdar, I., & Miljkovic, D. (2008). Aspirations and well-being: Extrinsic vs. intrinsic life goals. *Drustvena istrazivanja: Journal for General Social Issues*, 20(3), 693-710. https://www.researchgate.net/publication/276217605_Aspirations_and_well-being_Extrinsic_vs_intrinsic_life_goals
- Rodas, M. (2019). Aspiraciones laborales y burnout en estudiantes de un programa de educación universitaria para adultos trabajadores. *Revista Hispanoamericana De Ciencias De La Salud*, 4(4), 152–158. <https://uhsalud.com/index.php/revhispano/article/view/382>
- Rosa, Y., & Quiñones, A. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 5(1), 7–17. <https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/1772>
- Rosales, N. (2018). *Bienestar Psicológico y Calidad de Vida*. [Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrcd/2018/05/22/Rosales-Nancy.pdf>
- Ryan, R. & Deci, E. (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology, Inc*, 25 (1), 54 – 67. <http://disde.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/2958/Intrinsic%20and%20Extrinsic%20Motivations%20Classic%20Definitions%20and%20New%20Directions.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ryan, R. & Deci, E. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American Psychological Association*, 55(1), 68-78. http://www.davidtrotzig.com/uploads/articulos/2000_ryandeci_spanishampsyh.pdf
- Ryff, C. & 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://www.researchgate.net/publication/23545616_Know_Thyself_and_Become_What_You_Are_A_Eudaimonic_Approach_to_Psychological_Well-Being
- Salanova, M., Llorens, S., & Martínez, I. (2016). Aportaciones desde la Psicología Organizacional Positiva para Desarrollar Organizaciones Saludables y Resilientes. *Papeles del Psicólogo*, 37(3), 177-184. <https://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/2773.pdf>

- Salanova, M., Llorens, S., & Martínez, I. (2005). *Psicología Organizacional Positiva*. Ed. 1. México: Pearson Educación.
https://www.academia.edu/500975/Psicolog%C3%ADa_Organizacional_Positiva
- Sandoval, S., Dorner, A., & Véliz, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 260-266.
<https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S2007505717300042?token=1EE2C1FAD3471EA56C6EC1B1AD4C3F571EEAF5FA26BD27C34AD8CF7D0CDB55C2AC6D63310C4ADFA429C2B5B476346E12&originRegion=us-east-1&originCreation=20220602092732>
- Solf, A. (2006). Motivación Intrínseca Laboral y su relación con las variables de personalidad Orientación a la Meta y Tesón. *Revista Persona*, (9), 111-126.
<https://www.redalyc.org/pdf/1471/147112814005.pdf>
- Stover, J., Bruno, F., Uriel, F., & Fernández, M. (2017). Teoría de la Autodeterminación: una revisión teórica. *Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 14(2), 105-115. <https://www.redalyc.org/pdf/4835/483555396010.pdf>
- Vansteenkiste, M., Duriez, B., Simons, J., & Soenens, B. (2006). Materialistic Values and Well-Being Among Business Students: Further Evidence of Their Detrimental Effect. *Journal of Applied Social Psychology*, 36, 2892–2908.
https://www.researchgate.net/publication/227793116_Materialistic_Values_and_Well-Being_Among_Business_Students_Further_Evidence_of_Their_Detrimental_Effect1
- Vega, M. (2019). *Aspiraciones, Motivación, Rendimiento Académico y Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología*. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional de la Pontificia Universidad Católica del Perú.
<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/15785>
- Vesga, J. (2020). Psicología Organizacional Positiva: Una Alternativa Saludable para la Gestión de Recursos Humanos. *Revista Logos-Vestigium*.
<https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/26120/1/engagement%20y%20cam bio%20organizacional-Capitulo%202.pdf>

Anexos

Anexo 1. Instrumento - Índice de Aspiraciones Laborales (AI; Kasser T. y Ryan R. 1993, 1996, adaptado en Perú por Cárdenas, 2011).

ÍNDICE DE ASPIRACIONES LABORALES Ryan & Kasser, 1996

Máximo grado académico alcanzado: Edad: Sexo: (F) (M)

Instrucciones:

Todos tenemos metas o aspiraciones a largo plazo. Estas son las cosas que los individuos esperan conseguir en el transcurso de la vida. En esta sección, usted encontrará un número de metas de vida, presentadas una a la vez, y le haremos tres preguntas acerca de cada meta. (a) ¿Qué tan importante es esta meta para usted? (b) ¿Qué tan probable es que usted logre esta meta en el futuro? (c) ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora? Por favor use la siguiente escala para contestar cada una de las tres preguntas acerca de cada meta de vida. Debe marcar con un (X) sobre el número que corresponda, según la siguiente escala:

Nada en 1 2 3 4 5 6 7 Mucho
Absoluto

1. Metas de Vida: Ser una persona muy adinerada.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

2. Metas de Vida: Crecer y aprender cosas nuevas.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

3. Metas de Vida: Al final de mi vida, poder mirarla y saber que fue significativa y que cumplí con mis objetivos.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

4. Metas de Vida: Ser famoso.	1	2	3	4	5	6	7
--------------------------------------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------

A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

5. Metas de Vida: Establecer relaciones significativas e íntimas.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

6. Metas de Vida: Ser rico.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

7. Metas de Vida: Conocer y aceptar quien soy en realidad.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

8. Metas de Vida: Que mi nombre aparezca frecuentemente en los medios.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

9. Metas de Vida: Tener suficiente dinero para comprar todo lo que quiero.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

10. Metas de Vida: Tener relaciones profundas y duraderas.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

11. Metas de Vida: Ocultar con éxito los signos del envejecimiento.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

12. Metas de Vida: Trabajar por el mejoramiento de la sociedad.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

13. Metas de Vida: Que las personas constantemente comenten sobre lo atractivo que me veo.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

14. Metas de Vida: Ayudar a las personas que lo necesitan, sin pedir nada a cambio.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

15. Metas de Vida: Mantenerme al día con la moda, en el cabello y la ropa.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							

C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							
---	--	--	--	--	--	--	--

16. Metas de Vida: Trabajar para hacer del mundo un lugar mejor.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

17. Metas de Vida: Para conseguir la apariencia (el "look") que he venido buscando.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

18. Metas de Vida: Ayudar a otros a mejorar sus vidas.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

19. Metas de Vida: Tener una imagen que otros encuentran atractiva.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

20. Metas de Vida: Ayudar a las personas que lo necesitan.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

21. Metas de Vida: Que mi nombre sea conocido por muchas personas.	1	2	3	4	5	6	7
---	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------

A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

22. Metas de Vida: Tener buenos amigos con los que pueda contar.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

23. Metas de Vida: Tener muchas posesiones caras.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

24. Metas de Vida: Ser admirado por muchas personas.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

25. Metas de Vida: Compartir mi vida con alguien a quien amo.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

26. Metas de Vida: Ser exitoso económicamente.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

27. Metas de Vida: Escoger lo que hago, en vez de dejarme llevar por las circunstancias.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

28. Metas de Vida: Sentir que hay personas que realmente me quieren y que yo quiero.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

29. Metas de Vida: Reflexionar acerca del por qué hago las cosas que hago.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

30. Metas de Vida: Ser admirado por muchas personas diferentes.	1	2	3	4	5	6	7
A. ¿Qué tan importante es esta meta para usted?							
B. ¿Qué tan probable es que usted logre alcanzar esta meta en el futuro?							
C. ¿Cuánto de esta meta ha alcanzado hasta ahora?							

¡MUCHAS GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN!

Anexo 2. Instrumento - Escala de Bienestar Psicológico (PWBS; C. Ryff 1987, adaptado en Perú por M. Cubas, 2003).

Escala de Bienestar Psicológico

Este cuestionario te tomará aproximadamente 15 minutos. Responde todas las preguntas sin saltar ninguna. ¡Adelante!

Para cada pregunta, por favor encierra en un círculo la opción que mejor describa tu parecer

Totalmente en Desacuerdo	1	Ligeramente en Desacuerdo	3	De Acuerdo	5
Desacuerdo	2	Ligeramente de Acuerdo	4	Totalmente de Acuerdo	6

	1	2	3	4	5	6
1. La mayoría de personas me ven como alguien afectuoso.						
2. A veces cambio la forma en que actúo o pienso para parecerme más a los que me rodean.						
3. En general, siento que estoy a cargo de mi vida.						
4. No estoy interesado/a en actividades que vayan a expandir mis horizontes.						
5. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.						
6. Cuando pienso en la historia de mi vida, me agrada cómo han resultado las cosas.						
7. Mantener relaciones cercanas con otros ha sido algo difícil y frustrante para mí.						
8. No tengo miedo de dar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.						
9. Las exigencias de la vida diaria con frecuencia me desalientan.						
10. En general, siento que a medida que pasa el tiempo, continúo aprendiendo más sobre mí mismo.						
11. Vivo la vida día a día y en realidad no pienso sobre el futuro.						
12. En general, me siento confiado/a y optimista sobre mí mismo						
13. Con frecuencia me siento solo/a porque tengo pocos amigos cercanos con los que puedo compartir mis preocupaciones.						
14. En mis decisiones no influye lo que los demás están haciendo.						
15. No encajo muy bien con la comunidad y las personas que me rodean.						

16. Soy el tipo de persona que le gusta probar cosas nuevas.							
17. Tiendo a centrarme en el presente, porque el futuro casi siempre me trae problemas.							
18. Siento que la mayoría de personas que conozco han obtenido más cosas de la vida que yo.							
19. Disfruto las conversaciones con los miembros de mi familia y mis amigos.							
20. Me preocupa lo que los otros piensen de mí.							
21. Soy bastante bueno/a en manejar las diversas responsabilidades de mi vida cotidiana.							
22. No quiero intentar nuevas maneras de hacer las cosas – mi vida está bien así.							
23. Tengo un sentido de dirección y propósito en mi vida.							
24. Si tuviera la oportunidad, cambiaría muchas cosas sobre mí.							
25. Es importante para mí el escuchar los problemas de mis amigos cercanos.							
26. El sentirme contento conmigo mismo es más importante para mí que tener la aprobación de los demás.							
27. Con frecuencia me siento abrumado por mis responsabilidades.							
28. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen la manera como piensas sobre ti mismo y el mundo.							
29. Mis actividades diarias frecuentemente me parecen triviales y poco importantes.							
30. Me gustan la mayoría de aspectos de mi personalidad.							
31. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.							
32. Tiendo a dejarme influir por personas con opiniones sólidas.							
33. Si me sintiera infeliz con mi vida, tomaría los pasos necesarios para cambiarla.							
34. Cuando reflexiono, pienso que no he mejorado mucho como persona a lo largo de los años.							
35. No estoy seguro/a de lo que estoy tratando de conseguir en mi vida.							

36. He cometido algunos errores en el pasado, pero siento que finalmente todo ello ha contribuido al mejor resultado.							
37. Siento que recibo mucho de mis amistades.							
38. Las personas pocas veces me piden hacer cosas que no quiero hacer.							
39. Generalmente manejo bien mis finanzas y asuntos personales.							
40. Creo que la gente de cualquier edad puede continuar creciendo y desarrollándose.							
41. Antes yo me proponía una serie de metas, pero ahora eso me parece una pérdida de tiempo.							
42. Me siento desilusionado, de muchas maneras, por los logros de mi vida.							
43. Me parece que la mayoría de las personas tienen más amigos que yo.							
44. Es más importante para mí “encajar” en situaciones sociales, que el mantenerme solo/a en mis principios.							
45. Encuentro estresante el no poder estar al día con todas las cosas que tengo que hacer.							
46. Con el tiempo, he ganado mucho conocimiento sobre la vida, y eso me ha hecho más fuerte y capaz.							
47. Disfruto haciendo planes para el futuro y haciendo lo necesario para volverlos realidad.							
48. En gran parte, estoy orgulloso/a de quien soy y de la vida que llevo.							
49. Se me podría describir como una persona generosa, que está dispuesta a compartir su tiempo con otros.							
50. Tengo confianza en mis opiniones, incluso cuando éstas son contrarias al consenso general.							
51. Soy bueno/a distribuyendo mi tiempo de tal manera que pueda hacer todo lo que se necesita hacer.							
52. Siento que he desarrollado mucho como persona a lo largo del tiempo.							
53. Soy una persona activa en llevar a cabo los planes que he establecido para mí.							
54. Envidio a muchas personas por la vida que llevan.							

55. No he experimentado muchas relaciones cálidas y confiables con otros.									
56. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos controversiales.									
57. Mi vida diaria es ocupada, pero me siento satisfecho/a de mantenerme al día con mis cosas.									
58. No me agrada estar en situaciones nuevas que requieren cambiar mi forma usual de hacer las cosas									
59. Algunas personas van por la vida improvisadamente, pero yo no soy una de ellas.									
60. La actitud que tengo sobre mí mismo no es tan buena como la que tienen los demás sobre sí mismos.									
61. Cuando de amistades se trata, con frecuencia siento como si estuviera excluido/a									
62. Con frecuencia cambio mis decisiones si mi familia o amigos están en desacuerdo.									
63. Me frustro cuando trato de planear mis actividades diarias porque nunca cumplo con las cosas que me propuse hacer.									
64. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje, cambio y crecimiento.									
65. A veces siento que he hecho todo lo que hay que hacer en la vida.									
66. Muchas veces despierto sintiéndome desalentado/a respecto a como he vivido mi vida.									
67. Sé que puedo confiar en mis amigos y que ellos saben que pueden confiar en mí									
68. No soy del tipo de persona que se rinde ante las presiones sociales para actuar o pensar de cierta manera.									
69. Mis esfuerzos para encontrar los tipos de actividades y relaciones que necesito, han sido muy exitosos.									
70. Me gusta observar que mi manera de mirar las cosas ha cambiado y madurado a lo largo de los años									
71. Mis objetivos en la vida han sido una fuente más de satisfacción que de frustración.									
72. El pasado ha tenido sus altas y bajas, pero en general, no me gustaría cambiarlo.									

73. Encuentro realmente difícil abrirme cuando hablo con otras personas.							
74. Me preocupa cómo otras personas evalúan las decisiones que he tomado en mi vida.							
75. Tengo dificultades en organizar mi vida de manera que me resulte satisfactoria.							
76. Hace tiempo que me he rendido de intentar hacer mejoras o cambios en mi vida							
77. Encuentro satisfactorio pensar sobre lo que he logrado en mi vida.							
78. Cuando me comparo con mis amigos y conocidos, me siento bien acerca de quien soy.							
79. Mis amigos y yo nos comprendemos en nuestros problemas.							
80. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, y no por lo que otros valoran como importante.							
81. He sido capaz de construirme un espacio personal y un estilo de vida que van con mi forma de ser.							
82. El dicho: “No le puedes enseñar trucos nuevos a un perro viejo”, es cierto.							
83. Haciendo un análisis final, no creo que mi vida aporte mucho.							
84. Todas las personas tienen sus debilidades, pero parece que yo tengo más de lo que me corresponde.							

HAS LLEGADO A LA ÚLTIMA ¡MUCHAS GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN!

Anexo 3. Consentimiento Informado para Adultos.

Consentimiento para Participar en un Estudio de Investigación

Instituciones : Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo

Investigador : Verónica Marisol Hernández Vargas

Título : Aspiraciones laborales y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lambayeque, 2022.

Fines del Estudio:

Se le invita a participar del presente estudio con la finalidad de determinar la relación entre aspiraciones laborales y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lambayeque en 2022, pues su vínculo podría predecir el grado de bienestar psicológico en el ámbito laboral de acuerdo a las metas planteadas en el campo.

Procedimientos:

Si usted acepta participar del estudio, luego de dar su consentimiento, se le solicitará que responda a las preguntas de dos cuestionarios, el tiempo estimado de aplicación será de 30 minutos.

Riesgos:

No se prevén riesgos por participar en este estudio.

Beneficios:

No habrá beneficio directamente para usted.

Costos e incentivos

Usted no deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

La información que se recoja será totalmente confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas serán codificadas usando un número de identificación que garantiza su confidencialidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron del mismo. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

Uso de la información:

El uso de la información será plenamente académico y una vez procesada será eliminada.

Derechos del participante:

Si usted decide participar en el estudio, puede retirarse de éste en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio, o llamar a .

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Comité de Ética de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo: comiteetica.medicina@usat.edu.pe

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo en que consiste mi participación en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Participante
Nombre:

Investigador
Nombre: Veronica Marisol Hernandez Vargas

DNI:

DNI: 72164700

Fecha:

Fecha: 24/06/2022

Anexo 4. Diccionario de Datos.

Diccionario de Datos

Variables Sociodemográficas					
Variable	Codificación	Nivel de la variable	Cadena	Valores	Perdidos
Edad	Edad	De razón	2	Numerales	99
Sexo	Sexo	Nominal	1	1 - Hombre 2 - Mujer	99
Estado Civil	EdoCiv	Nominal	1	1 - Solter@ 2 - Casad@ 3 - Divorciad@	99
Universidad	Univ	Nominal	1	1 - Nacional 2 - Privada	99
Ciclo Universitario	CiUniv	Ordinal	1	1 - 8° ciclo 2 - 9° ciclo 3 - 10° ciclo 4 - 11° ciclo 5 - 12° ciclo	99
Índice de Aspiraciones Laborales					
Variable	Codificación	Nivel de la variable	Cadena	Valores	Perdidos
1. Metas de Vida: Ser una persona muy adinerada.	AED - 1	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
2. Metas de Vida: Crecer y aprender cosas nuevas.	AICP - 1	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
3. Metas de Vida: Al final de mi vida, poder mirarla y saber que fue significativa y que cumplí con mis objetivos.	AICP - 2	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99

4. Metas de Vida: Ser famoso.	AEF - 1	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
5. Metas de Vida: Establecer relaciones significativas e íntimas	AIRI - 1	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
6. Metas de Vida: Ser rico.	AED - 2	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
7. Metas de Vida: Conocer y aceptar quien soy en realidad.	AICP - 3	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
8. Metas de Vida: Que mi nombre aparezca frecuentemente en los medios.	AEF - 2	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
9. Metas de Vida: Tener suficiente dinero para comprar todo lo que quiero.	AED - 3	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
10. Metas de Vida: Tener relaciones profundas y duraderas.	AIRI - 2	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99

11. Metas de Vida: Ocultar con éxito los signos del envejecimiento.	AEI - 1	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
12. Metas de Vida: Trabajar por el mejoramiento de la sociedad.	AIAC - 1	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
13. Metas de Vida: Que las personas constantemente comenten sobre lo atractivo que me veo.	AEI - 2	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
14. Metas de Vida: Ayudar a las personas que lo necesitan, sin pedir nada a cambio.	AIAC - 2	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
15. Metas de Vida: Mantenerme al día con la moda, en el cabello y la ropa.	AEI - 3	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
16. Metas de Vida: Trabajar para hacer del mundo un lugar mejor.	AIAC - 3	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
17. Metas de Vida: Para conseguir la apariencia (el "look") que he venido buscando.	AEI - 4	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99

18. Metas de Vida: Ayudar a otros a mejorar sus vidas.	AIAC - 4	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
19. Metas de Vida: Tener una imagen que otros encuentran atractiva.	AEI - 5	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
20. Metas de Vida: Ayudar a las personas que lo necesitan.	AIAC - 5	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
21. Metas de Vida: Que mi nombre sea conocido por muchas personas.	AEF - 3	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
22. Metas de Vida: Tener buenos amigos con los que pueda contar.	AIRI - 3	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
23. Metas de Vida: Tener muchas posesiones caras.	AED - 4	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
24. Metas de Vida: Ser admirado por muchas personas.	AEF - 4	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99

25. Metas de Vida: Compartir mi vida con alguien a quien amo.	AIRI - 4	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
26. Metas de Vida: Ser exitoso económicamente.	AED - 5	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
27. Metas de Vida: Escoger lo que hago, en vez de dejarme llevar por las circunstancias.	AICP - 4	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
28. Metas de Vida: Sentir que hay personas que realmente me quieren y que yo quiero.	AIRI - 5	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
29. Metas de Vida: Reflexionar acerca del por qué hago las cosas que hago.	AICP - 5	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99
30. Metas de Vida: Ser admirado por muchas personas diferentes.	AEF - 5	Ordinal	1	1 - Nada en absoluto 2 - 2 3 - 3 4 - 4 5 - 5 6 - 6 7- Mucho	99

Escala de Bienestar Psicológico

Variable	Codificación	Nivel de la variable	Cadena	Valores	Perdidos
1. La mayoría de personas me ven como alguien afectuoso.	BPRPO - 1	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
2. A veces cambio la forma en que actúo o pienso para parecerme más a los que me rodean.	BPAA - 1	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
3. En general, siento que estoy a cargo de mi vida.	BPMA - 1	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
4. No estoy interesado/a en actividades que vayan a expandir mis horizontes.	BPCP - 1	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
5. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.	BPSV - 1	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo	99

				5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	
6. Cuando pienso en la historia de mi vida, me agrada cómo han resultado las cosas.	BPAN - 1	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
7. Mantener relaciones cercanas con otros ha sido algo difícil y frustrante para mí.	BPRPO - 2	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
8. No tengo miedo de dar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	BPAA - 2	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
9. Las exigencias de la vida diaria con frecuencia me desalientan.	BPMA - 2	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
10. En general, siento que a medida que pasa el tiempo, continúo aprendiendo más sobre mi mismo.	BPCP - 2	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo	99

				5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	
<i>11. Vivo la vida día a día y en realidad no pienso sobre el futuro.</i>	BPSV - 2	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
12. En general, me siento confiado/a y optimista sobre mí mismo	BPAN - 2	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
<i>13. Con frecuencia me siento solo/a porque tengo pocos amigos cercanos con los que puedo compartir mis preocupaciones.</i>	BPRPO - 3	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
14. En mis decisiones no influye lo que los demás están haciendo.	BPAA - 3	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
<i>15. No encajo muy bien con la comunidad y las personas que me rodean.</i>	BPMA - 3	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo	99

				5 - <i>Desacuerdo</i> 6 - <i>Totalmente en Desacuerdo</i>	
16. Soy el tipo de persona que le gusta probar cosas nuevas.	BPCP - 3	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
17. Tiendo a centrarme en el presente, porque el futuro casi siempre me trae problemas.	BPSV - 3	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
18. Siento que la mayoría de personas que conozco han obtenido más cosas de la vida que yo.	BPAN - 3	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
19. Disfruto las conversaciones con los miembros de mi familia y mis amigos.	BPRPO - 4	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
20. Me preocupa lo que los otros piensen de mí.	BPAA - 4	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo	99

				5 - <i>Desacuerdo</i> 6 - <i>Totalmente en Desacuerdo</i>	
21. Soy bastante bueno/a en manejar las diversas responsabilidades de mi vida cotidiana.	BPMA - 4	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
22. <i>No quiero intentar nuevas maneras de hacer las cosas – mi vida está bien así.</i>	BPCP - 4	Ordinal	1	1 - <i>Totalmente de Acuerdo</i> 2 - <i>De Acuerdo</i> 3 - <i>Ligeramente de Acuerdo</i> 4 - <i>Ligeramente en Desacuerdo</i> 5 - <i>Desacuerdo</i> 6 - <i>Totalmente en Desacuerdo</i>	99
23. Tengo un sentido de dirección y propósito en mi vida.	BPSV - 4	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
24. <i>Si tuviera la oportunidad, cambiaría muchas cosas sobre mí.</i>	BPAN - 4	Ordinal	1	1 - <i>Totalmente de Acuerdo</i> 2 - <i>De Acuerdo</i> 3 - <i>Ligeramente de Acuerdo</i> 4 - <i>Ligeramente en Desacuerdo</i> 5 - <i>Desacuerdo</i> 6 - <i>Totalmente en Desacuerdo</i>	99
25. Es importante para mí el escuchar los problemas de mis amigos cercanos.	BPRPO - 5	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo	99

				5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	
26. El sentirme contento conmigo mismo es más importante para mí que tener la aprobación de los demás.	BPAA - 5	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
27. Con frecuencia me siento abrumado por mis responsabilidades.	BPMA - 5	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
28. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen la manera como piensas sobre ti mismo y el mundo.	BPCP - 5	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
29. Mis actividades diarias frecuentemente me parecen triviales y poco importantes.	BPSV - 5	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
30. Me gustan la mayoría de aspectos de mi personalidad.	BPAN - 5	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo	99

				5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	
31. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.	BPRPO - 6	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
32. Tiendo a dejarme influir por personas con opiniones sólidas.	BPAA - 6	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
33. Si me sintiera infeliz con mi vida, tomaría los pasos necesarios para cambiarla.	BPMA - 6	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
34. Cuando reflexiono, pienso que no he mejorado mucho como persona a lo largo de los años.	BPCP - 6	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
35. No estoy seguro/a de lo que estoy tratando de conseguir en mi vida.	BPSV - 6	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo	99

				5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	
36. He cometido algunos errores en el pasado, pero siento que finalmente todo ello ha contribuido al mejor resultado.	BPAN - 6	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
37. Siento que recibo mucho de mis amistades.	BPRPO - 7	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
38. Las personas pocas veces me piden hacer cosas que no quiero hacer.	BPAA - 7	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
39. Generalmente manejo bien mis finanzas y asuntos personales.	BPMA - 7	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
40. Creo que la gente de cualquier edad puede continuar creciendo y desarrollándose.	BPCP - 7	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo	99

				5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	
41. Antes yo me proponía una serie de metas, pero ahora eso me parece una pérdida de tiempo.	BPSV - 7	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
42. Me siento desilusionado, de muchas maneras, por los logros de mi vida.	BPAN - 7	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
43. Me parece que la mayoría de las personas tienen más amigos que yo.	BPRPO - 8	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
44. Es más importante para mí "encajar" en situaciones sociales, que el mantenerme solo/a en mis principios.	BPAA - 8	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
45. Encuentro estresante el no poder estar al día con todas las cosas que tengo que hacer.	BPMA - 8	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo	99

				<p>5 - <i>Desacuerdo</i> 6 - <i>Totalmente en Desacuerdo</i></p>	
46. Con el tiempo, he ganado mucho conocimiento sobre la vida, y eso me ha hecho más fuerte y capaz.	BPCP - 8	Ordinal	1	<p>1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo</p>	99
47. Disfruto haciendo planes para el futuro y haciendo lo necesario para volverlos realidad.	BPSV - 8	Ordinal	1	<p>1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo</p>	99
48. <i>En gran parte, estoy orgulloso/a de quien soy y de la vida que llevo.</i>	BPAN - 8	Ordinal	1	<p>1 - <i>Totalmente de Acuerdo</i> 2 - <i>De Acuerdo</i> 3 - <i>Ligeramente de Acuerdo</i> 4 - <i>Ligeramente en Desacuerdo</i> 5 - <i>Desacuerdo</i> 6 - <i>Totalmente en Desacuerdo</i></p>	99
49. Se me podría describir como una persona generosa, que está dispuesta a compartir su tiempo con otros.	BPRPO - 9	Ordinal	1	<p>1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo</p>	99
50. Tengo confianza en mis opiniones, incluso cuando éstas son contrarias al consenso general.	BPAA - 9	Ordinal	1	<p>1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo</p>	99

				5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	
51. Soy bueno/a distribuyendo mi tiempo de tal manera que pueda hacer todo lo que se necesita hacer.	BPMA - 9	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
52. Siento que he desarrollado mucho como persona a lo largo del tiempo.	BPCP - 9	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
53. Soy una persona activa en llevar a cabo los planes que he establecido para mí.	BPSV - 9	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
54. <i>Envidia a muchas personas por la vida que llevan.</i>	BPAN - 9	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
55. <i>No he experimentado muchas relaciones cálidas y confiables con otros.</i>	BPRPO - 10	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo	99

				5 - <i>Desacuerdo</i> 6 - <i>Totalmente en Desacuerdo</i>	
56. <i>Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos controversiales.</i>	BPAA - 10	Ordinal	1	1 - <i>Totalmente de Acuerdo</i> 2 - <i>De Acuerdo</i> 3 - <i>Ligeramente de Acuerdo</i> 4 - <i>Ligeramente en Desacuerdo</i> 5 - <i>Desacuerdo</i> 6 - <i>Totalmente en Desacuerdo</i>	99
57. <i>Mi vida diaria es ocupada, pero me siento satisfecho/a de mantenerme al día con mis cosas.</i>	BPMA - 10	Ordinal	1	1 - <i>Totalmente en Desacuerdo</i> 2 - <i>Desacuerdo</i> 3 - <i>Ligeramente en Desacuerdo</i> 4 - <i>Ligeramente de Acuerdo</i> 5 - <i>De Acuerdo</i> 6 - <i>Totalmente de Acuerdo</i>	99
58. <i>No me agrada estar en situaciones nuevas que requieren cambiar mi forma usual de hacer las cosas</i>	BPCP - 10	Ordinal	1	1 - <i>Totalmente de Acuerdo</i> 2 - <i>De Acuerdo</i> 3 - <i>Ligeramente de Acuerdo</i> 4 - <i>Ligeramente en Desacuerdo</i> 5 - <i>Desacuerdo</i> 6 - <i>Totalmente en Desacuerdo</i>	99
59. <i>Algunas personas van por la vida improvisadamente, pero yo no soy una de ellas.</i>	BPSV - 10	Ordinal	1	1 - <i>Totalmente en Desacuerdo</i> 2 - <i>Desacuerdo</i> 3 - <i>Ligeramente en Desacuerdo</i> 4 - <i>Ligeramente de Acuerdo</i> 5 - <i>De Acuerdo</i> 6 - <i>Totalmente de Acuerdo</i>	99
60. <i>La actitud que tengo sobre mí mismo no es tan buena como la que tienen los demás sobre sí mismos.</i>	BPAN - 10	Ordinal	1	1 - <i>Totalmente de Acuerdo</i> 2 - <i>De Acuerdo</i> 3 - <i>Ligeramente de Acuerdo</i> 4 - <i>Ligeramente en Desacuerdo</i>	99

				5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	
61. Cuando de amistades se trata, con frecuencia siento como si estuviera excluido/a	BPRPO - 11	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
62. Con frecuencia cambio mis decisiones si mi familia o amigos están en desacuerdo.	BPAA - 11	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
63. Me frustró cuando trato de planear mis actividades diarias porque nunca cumplo con las cosas que me propuse hacer.	BPMA - 11	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
64. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje, cambio y crecimiento.	BPCP - 11	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
65. A veces siento que he hecho todo lo que hay que hacer en la vida.	BPSV - 11	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo	99

				5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	
66. Muchas veces despierto sintiéndome desalentado/a respecto a como he vivido mi vida.	BPAN - 11	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
67. Sé que puedo confiar en mis amigos y que ellos saben que pueden confiar en mí	BPRPO - 12	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
68. No soy del tipo de persona que se rinde ante las presiones sociales para actuar o pensar de cierta manera.	BPAA - 12	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
69. Mis esfuerzos para encontrar los tipos de actividades y relaciones que necesito, han sido muy exitosos.	BPMA - 12	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
70. Me gusta observar que mi manera de mirar las cosas ha cambiado y madurado a lo largo de los años	BPCP - 12	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo	99

				5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	
71. Mis objetivos en la vida han sido una fuente más de satisfacción que de frustración.	BPSV - 12	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
72. El pasado ha tenido sus altas y bajas, pero en general, no me gustaría cambiarlo.	BPAN - 12	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
73. Encuentro realmente difícil abrirme cuando hablo con otras personas.	BPRPO - 13	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
74. Me preocupa cómo otras personas evalúan las decisiones que he tomado en mi vida.	BPAA - 13	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
75. Tengo dificultades en organizar mi vida de manera que me resulte satisfactoria.	BPMA - 13	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo	99

				5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	
76. Hace tiempo que me he rendido de intentar hacer mejoras o cambios en mi vida.	BPCP - 13	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
77. Encuentro satisfactorio pensar sobre lo que he logrado en mi vida.	BPSV - 13	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
78. Cuando me comparo con mis amigos y conocidos, me siento bien acerca de quién soy.	BPAN - 13	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
79. Mis amigos y yo nos comprendemos en nuestros problemas.	BPRPO - 14	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
80. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, y no por lo que otros valoran como importante.	BPAA - 14	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo	99

				5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	
81. He sido capaz de construirme un espacio personal y un estilo de vida que van con mi forma de ser.	BPMA - 14	Ordinal	1	1 - Totalmente en Desacuerdo 2 - Desacuerdo 3 - Ligeramente en Desacuerdo 4 - Ligeramente de Acuerdo 5 - De Acuerdo 6 - Totalmente de Acuerdo	99
82. <i>El dicho: "No le puedes enseñar trucos nuevos a un perro viejo", es cierto.</i>	BPCP - 14	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
83. <i>Haciendo un análisis final, no creo que mi vida aporte mucho.</i>	BPSV - 14	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99
84. <i>Todas las personas tienen sus debilidades, pero parece que yo tengo más de lo que me corresponde.</i>	BPAN - 14	Ordinal	1	1 - Totalmente de Acuerdo 2 - De Acuerdo 3 - Ligeramente de Acuerdo 4 - Ligeramente en Desacuerdo 5 - Desacuerdo 6 - Totalmente en Desacuerdo	99

***Ítems en cursivas representan puntuación inversa**

Anexo 5. Tablas.**Tabla 1***Correlación entre aspiraciones laborales y bienestar psicológico*

	Correlación	Bienestar Psicológico
	Rho de Spearman	0.576
Aspiraciones Laborales	valor p	< .001
	N	105

Tabla 2*Correlación entre el bienestar psicológico y las subdimensiones de las aspiraciones laborales intrínsecas*

	Correlación	Crecimiento Personal	Relaciones Interpersonales	Apoyo a la Comunidad
	Rho de Spearman	0.738	0.778	0.661
Bienestar Psicológico	valor p	< .001	< .001	< .001
	N	105	105	105

Tabla 3*Correlación entre el bienestar psicológico y las subdimensiones de las aspiraciones laborales extrínsecas*

	Correlación	Dinero	Fama	Imagen
	Rho de Spearman	0.047	0.168	0.286
Bienestar Psicológico	valor p	0.631	0.086	0.003
	N	105	105	105

Tabla 4
Niveles de las dimensiones de las aspiraciones laborales

Niveles	Aspiraciones Intrínsecas		Aspiraciones Extrínsecas	
	Frecuencias	%	Frecuencias	%
Alto	27	26 %	29	28 %
Moderado	51	49 %	49	47 %
Bajo	27	26%	27	26%
Total	105	100%	105	100%

Tabla 5
Niveles de las subdimensiones de las aspiraciones laborales intrínsecas

Niveles	Aspiraciones Intrínsecas					
	Crecimiento Personal		Relaciones Interpersonales		Apoyo a la Comunidad	
	F	%	F	%	F	%
Alto	27	26%	37	35%	29	28%
Moderado	51	49%	41	39%	39	37%
Bajo	27	26%	27	26%	37	35%
Total	105	100%	105	100%	105	100%

Tabla 6
Niveles de las subdimensiones de las aspiraciones laborales extrínsecas

Niveles	Aspiraciones Extrínsecas					
	Dinero		Fama		Imagen	
	F	%	F	%	F	%
Alto	33	31%	27	26%	38	36%
Moderado	45	43 %	46	44%	39	37%
Bajo	27	26%	32	31%	28	27%
Total	105	100%	105	100%	105	100%

Tabla 7
Niveles de bienestar psicológico

Niveles	Frecuencia	%
Alto	27	26%
Moderado	51	49%
Bajo	27	26%
Total	105	100%