

CAPÍTULO 2

Metodología

Tipo de Investigación: Esta investigación, en su perspectiva epistemológica, se fundamenta en el paradigma empírico-analítico, en el cual se concibe la realidad, hombre y sociedad como cosas que se pueden conocer objetivamente. El conocimiento que se genera es instrumental por cuanto el fundamento del proceso es el control, enfoque que se le da en parte por los instrumentos de recolección de datos válidos y confiables que se utilizan en el estudio y el control de las variables. La investigación es de tipo cuantitativa y el enfoque pre-experimental, ya que el método modelo de conocimiento científico que lo sustenta es el experimento. Es correlacional, ya que se investiga una relación, en este caso la existente entre Rendimiento Académico y Bienestar Psicológico.

Población: El proyecto de investigación se desarrolló en un colegio de la ciudad de Barranquilla, cuya población en la educación básica es de 300 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra natural intacta conformada por 38 estudiantes de 7° grado, la gran mayoría, pertenecientes a estratos socioeconómicos 1 y 2, a las cuales se les aplicó un pre-test para determinar los niveles de Bienestar Psicológico, inicial antes de aplicar el programa de in-

tervención, luego se le aplica el programa de intervención de Bienestar Psicológico, y por último, un pos-test para determinar su nivel final después de la intervención.

Instrumentos: La técnica utilizada para procesar la información del Rendimiento Académico fue el análisis documental de las valoraciones del primer semestre 2011 y las estadísticas del bajo rendimiento por área.

Para medir el Bienestar Psicológico se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico desarrollada por Carol Ryff para medir las dimensiones teóricas del bienestar psicológico: Autoaceptación, Relaciones positivas, Autonomía, Dominio del entorno, Crecimiento personal y Propósito en la vida. Esta escala fue adaptada al español por Van Dierendonck (2004), autor que propuso una versión formada por 39 ítems (entre 6 y 8 ítems por escala), mostrando buena consistencia interna (con valores α comprendidos entre 0,78 y 0,81) y un ajuste relativamente aceptable (CFI = 0,88) al modelo teórico. Algunos consideraron que esos niveles de ajuste eran insatisfactorios y se procedió al desarrollo de una nueva versión de las escalas.

Así mismo Díaz *et al.* (2006, p.86) realizaron un estudio para adaptar esta escala al castellano y realizar los ajustes que fueran necesarios si, tras su traducción, los resultados mostraban alteración o empobrecimiento de la consistencia interna y el ajuste al modelo teórico. En este estudio participaron 467 personas con edades comprendidas entre 18 y 72 años. El instrumento contaba con seis escalas y 39 ítems a los que los participantes respondieron utilizando un formato de respuesta con puntuaciones comprendidas entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 6 (totalmente de acuerdo). Para la versión española, se eliminaron un total de 10 ítems. A pesar de

esta reducción, las escalas mantuvieron una consistencia interna similar a la mostrada por las escalas de la versión propuesta por van Dierendonck (2004 citado en Díaz *et al.*, 2006), mejorando incluso la consistencia interna de la escala de crecimiento personal.

En síntesis, la escala utilizada en esta investigación fue la de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, en la versión al castellano realizada por Díaz, *et al.* (2006). (Anexo 1: Escala de Bienestar de Ryff). Las escalas resultantes estuvieron compuestas por un número de ítems que osciló entre 4 y 6, con un total de 29 ítems. La estructura de la escala adaptada es la siguiente:

Tabla 2
Dimensiones del Bienestar Psicológico. Definición y reactivos

Dimensiones	Definiciones	Ítems
Autoaceptación	Es uno de los criterios centrales del bienestar y se relaciona con experimentar una actitud positiva hacia sí mismo y hacia la vida pasada	1, 7, 17, 13 y 24
Relaciones positivas	Se define como la capacidad de mantener relaciones estrechas con otras personas, basadas en la confianza y empatía	2, 8, 12 y 25
Autonomía	Relacionada con la autodeterminación. Las personas con autonomía saben enfrentar de mejor manera la presión social. Necesaria para poder mantener su propia individualidad	3, 4, 9, 18, 19 y 23
Dominio del entorno	Capacidad individual para crear o elegir ambientes favorables para satisfacer los deseos y necesidades propias	5, 10, 14, 20 y 29
Crecimiento personal	Se relaciona con el desarrollo de las potencialidades, seguir creciendo como persona y llevar al máximo sus potencialidades	22, 26, 27, y 28
Propósito en la vida	Las personas necesitan marcarse metas, definir sus objetivos, que le permitan dotar a su vida de un cierto sentido	6, 11, 15, 16 y 21

Nota: Los ítems en negrita, dan cuenta de reactivos inversos.

Procedimiento: El trabajo se inició con una revisión de la bibliografía pertinente a la investigación, a partir de la cual se definieron las unidades de análisis utilizando los resultados del primer y segundo período y parte del tercer período académico del año 2011 (primer semestre académico) de las estudiantes de 7°-2.

Se procesó esta información por Excel encontrándose así los promedios académicos iniciales, generales y por área. Luego se midió el nivel de Bienestar Psicológico inicial (antes de la intervención del programa de Bienestar Psicológico al grado 7°-2) y se calcularon los promedios de Bienestar Psicológico, general y por dimensión.

Una tercera etapa fue el diseño del programa de intervención en el cual se consideraron las dimensiones del Modelo del Bienestar psicológico de Riff, con base en las cuales se diseñaron una serie de talleres estructurados en función de diferentes principios psicológicos que acompañan el desarrollo evolutivo de los adolescentes. Esta fase incluyó un proceso de evaluación por parte de jueces expertos, quienes presentaron sugerencias acerca del tipo de programa diseñado.

Se pasó entonces a la etapa de intervención del programa de Bienestar Psicológico a las estudiantes de 7°-2, que demoró alrededor de tres meses.

Después de terminada la etapa de intervención, se realizó el pos-test para medir el Bienestar Psicológico final de la muestra, y con esto se determinaron los promedios individuales, generales y por dimensión.

Por último se tomaron los resultados finales del año académico de

las estudiantes y se determinan los promedios académicos finales generales, individuales y por área, después de la intervención, ya teniendo los resultados finales tanto de Bienestar Psicológico como del Rendimiento Académico; estos se contrastaron con los valores iniciales antes de la intervención.