

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Burnout académico y resiliencia como predictores del
bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Juliaca,
2024**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo

Autor:

Emanuel Humberto Apaza Calla

Asesor:

Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco

Juliaca, octubre del 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

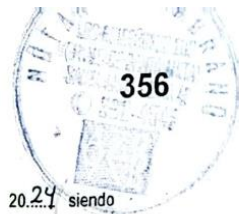
Que la presente investigación titulada: **“BURNOUT ACADÉMICO Y RESILIENCIA COMO PREDICTORES DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE JULIACA, 2024”** del autor **Emanuel Humberto Apaza Calla** tiene un índice de similitud de 11% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Juliaca, a los 21 días del mes de octubre del año 2024.



Mg. Eddy Wildmar Aquize Anco

Asesor



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Puno, Juliaca, Villa Chullunquiani, a catorce día(s) del mes de octubre del año 2024 siendo las 15:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Juliaca, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mg. Rita Cordova Soncco, el (la) secretario(a): Mg. Kristel Raquel Hilaraca Mamani y los demás miembros: Mg. Lucy Puño Quispe y el (la) asesor(a) Mg. Eddy Wildman Aquize Anco

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado:

Burnout académico y resiliencia como predictores del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Juliaca 2024

a) Emanuel Humberto Apaza Calla de los (las) bachilleres:

b)

c)

conducente a la obtención del título profesional de:

Psicólogo (Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Emanuel Humberto Apaza Calla

Table with 5 columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Values: Aprobado, 19, A, Excelente, Excelencia

Bachiller (b):

Table with 5 columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Values: empty

Bachiller (c):

Table with 5 columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Values: empty

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Signature of President

Signature of Assessor

Signature of Bachelor (a)

Signature of Secretary

Signature of Member

Signature of Bachelor (c)

Burnout académico y resiliencia como predictores del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Juliaca, 2024

Resumen

El objetivo de la presente investigación fue determinar la influencia del burnout académico y la resiliencia sobre el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios. El estudio responde a un diseño no experimental y tipo explicativo, en 571 estudiantes universitarios (74.4% varones $n=425$; 25.6% mujeres $n=146$) seleccionados a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los datos se recabaron mediante el inventario de Maslach Burnout Encuesta Estudiantil (MBI-SS), la escala breve de Resiliencia Connor Davidson (CD-RISC 10) y la escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A). Mediante el análisis de regresión lineal se evidenció que el burnout académico ($\beta=-0.376$; $p<0.01$) y la resiliencia ($\beta=0.187$; $p<0.05$) son variables que predicen significativamente el bienestar psicológico en estudiantes universitarios (R^2 ajustado=0.239), siendo el burnout académico la variable con mayor poder predictivo. El análisis multivariado demostró que el cinismo ($\beta=-0.275$; $p<0.01$) y la eficacia académica ($\beta=-0.146$; $p<0.01$) mantienen una relación significativa con el bienestar psicológico, no obstante, la edad, el ciclo, y el agotamiento emocional no ejercen influencia en el bienestar psicológico. En conclusión, el burnout académico y la resiliencia son factores significativos que explican el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios, así también se observó que el burnout, el cinismo y la eficacia académica disminuyen el sentido de bienestar psicológico, mientras que la resiliencia actúa como un factor de protección.

Palabras clave: burnout, resiliencia, bienestar psicológico, estudiantes universitarios, eficacia

Academic Burnout and Resilience as Predictors of Psychological Well-Being in University Students of Juliaca, 2024

Abstract

The objective of this research was to determine the influence of academic burnout and resilience on the psychological well-being of university students. The study has a non-experimental and explanatory design, in 571 university students (74.4% men n=425; 25.6% women n=146) selected through non-probabilistic convenience sampling. Data were collected using the Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS), the Connor Davidson Brief Resilience Scale (CD-RISC 10) and the Psychological Well-Being Scale (BIEPS-A). Through the linear regression analysis, it was evident that academic burnout ($\beta=-0.376$; $p<0.01$) and resilience ($\beta=0.187$; $p<0.05$) are variables that significantly predict psychological well-being in university students (adjusted $R^2=0.239$), academic burnout being the variable with the greatest predictive power. The multivariate analysis showed that cynicism ($\beta=-0.275$; $p<0.01$) and academic efficacy ($\beta=-0.146$; $p<0.01$) maintain a significant relationship with psychological well-being, however, age, cycle, and Emotional exhaustion does not influence psychological well-being. In conclusion, academic burnout and resilience are significant factors that explain the psychological well-being of university students. It was also observed that burnout, cynicism and academic efficacy decrease the sense of psychological well-being, while resilience acts as a protection factor.

Keywords: burnout, resilience, psychological well-being, university students, efficacy