

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional de Psicología



**Autoeficacia académica y bienestar psicológico como predictores del
cansancio emocional académico en universitarios del departamento de
San Martín**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo

Autores:

Elva Yudith Mauricio Meca
Julio César Cárdenas Ruíz
Sofía Antonia Castro Rojas

Asesor:

Mg. Denis Frank Cunza Aranzábal

Tarapoto, marzo de 2025

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo, Mg. Denis Frank Cunza Aranzábal, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Autoeficacia académica y bienestar psicológico como predictores del cansancio emocional académico en universitarios del departamento de San Martín”** de los autores Elva Yudith Mauricio Meca, Julio César Cárdenas Ruíz y Sofia Antonia Castro Rojas, tiene un índice de similitud de 12 % 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 Tarapoto, a los 20 días del mes de marzo del año 2025.]



Mg. Denis Frank Cunza Aranzábal



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En San Martín, Tarapoto, Morales, a 30 día(s) del mes de marzo del año 2025 siendo las 10:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Tarapoto, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mtro. Dan Enoch Sáenz Gaspar, el (la) secretario(a): Dra. Katia Alejandra Davalos La Torre y los demás miembros: Mtro. Calisto Espullima Mori y el (la) asesor(a) Mg. Denis Frank Cuzca Aranzábal

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

"Autoeficacia académica y bienestar psicológico como predictores del cansancio emocional académico en universitarios del departamento de San Martín"

del(los) bachiller(es): a) Elva Judith Mauricio Meca.

b) Julio César Cárdenas Ruiz.

c) Sofía Antonia Castro Rojas.

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): Elva Judith Mauricio Meca.

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>15</u>	<u>B-</u>	<u>Bueno</u>	<u>Muy Bueno</u>

Bachiller (b): Julio César Cárdenas Ruiz.

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>15</u>	<u>B-</u>	<u>Bueno</u>	<u>Muy Bueno</u>

Bachiller (c): Sofía Antonia Castro Rojas

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>15</u>	<u>B-</u>	<u>Bueno</u>	<u>Muy Bueno</u>

(*) 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.

[Firma]
Presidente/a

[Firma]
Secretario/a

[Firma]
Asesor/a

Miembro

Miembro

Bachiller (a)

Bachiller (b)

Bachiller (c)

"Esta sustentación fue realizada de manera virtual u online sincrónica, conforme al Reglamento General de Grados y Títulos"

Autoeficacia académica y bienestar psicológico como predictores del cansancio emocional académico en universitarios del departamento de San Martín

Academic Self-Efficacy and Psychological Well-Being as Predictors of Academic Emotional Fatigue in University Students in the Department of San Martín

Elva Yudith Mauricio Meca, Julio César Cárdenas Ruíz, Sofía Antonia Castro Rojas, Denis Frank Cunza Aranzábal*

*Escuela Profesional de Psicología, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión, filial Tarapoto

Resumen

Introducción. Incrementar el bienestar psicológico puede contribuir a la salud general de los estudiantes universitarios, por lo que el estudio de los factores que afectan este componente importante de la salud mental adquiere una importancia relevante. El objetivo de esta investigación fue determinar la capacidad predictiva de la autoeficacia académica y el cansancio emocional académico sobre el bienestar psicológico.

Método. Participaron 365 estudiantes universitarios con edades entre los 18 y 55 años ($M = 20.3$; $DE = 3.94$). Se utilizó la Escala de Autoeficacia Percibida Específica en Situaciones Académicas, la Escala de Cansancio Emocional Académico y la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos. Se empleó el modelamiento de ecuaciones estructurales para evaluar la capacidad predictiva de la autoeficacia y el cansancio emocional académicos sobre el bienestar psicológico.

Resultados. El modelo que analiza las variables en estudio demuestra un ajuste adecuado ($CFI = .934$, $TLI = .929$, $RMSEA = .046$, $SRMR = .051$), confirmando la capacidad predictiva de la autoeficacia académica ($\beta = .374$, $p < .001$) y el cansancio emocional académico ($\beta = -.162$, $p < .05$) sobre el bienestar psicológico.

Conclusión. Se concluye que la autoeficacia académica y el agotamiento emocional predicen de forma positiva y negativa respectivamente al bienestar psicológico. Se presentan implicancias teóricas y prácticas.

Palabras clave. Autoeficacia, éxito académico, agotamiento emocional, bienestar psicológico, estudiantes, educación superior.

Abstract

Introduction. Increasing psychological well-being can contribute to the general health of university students, so the study of the factors that affect this important component of mental health acquires relevant importance. The objective of this research was to determine the predictive capacity of academic self-efficacy and academic emotional fatigue on psychological well-being.

Method. A total of 365 university students aged between 18 and 55 years ($M = 20.3$; $SD = 3.94$). The Scale of Specific Perceived Self-Efficacy in Academic Situations, the Scale of Academic Emotional Exhaustion and the Scale of Psychological Well-being for Adults were used. Structural equation modeling was implemented to assess the impact of academic self-efficacy and emotional fatigue on psychological well-being.

Results. The model that analyzes the variables of the study demonstrate an adequate fit ($CFI = 0.934$, $TLI = 0.929$, $RMSEA = 0.046$, $SRMR = 0.051$), confirming the predictive capacity of

academic self-efficacy ($\beta = 0.374$, $p < 0.001$) and academic emotional exhaustion ($\beta = -0.162$, $p < 0.05$) on psychological well-being.

Discussion. It is concluded that psychological well-being can be positively affected by high levels of academic self-efficacy, but negatively by high levels of emotional exhaustion.

Conclusion. It is concluded that psychological well-being can be positively affected by high levels of academic self-efficacy, but negatively by high levels of emotional exhaustion. Theoretical and practical implications are presented.

Keywords. Self-efficacy, academic success, emotional exhaustion, psychological well-being, universities, students.