



Universidad de Concepción
Dirección de Postgrado
Facultad de Ciencias Sociales- Magíster de Psicología

**Bienestar psicológico y uso del tiempo libre en
estudiantes de enseñanza media**

TESIS PARA OPTAR AL GRADO DE MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA CON MENCIÓN EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA

ALEJANDRA SOLEDAD SOTO NAVARRETE

CONCEPCIÓN – CHILE

2017

Profesor guía: Félix Cova Solar

Dpto. de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales

Universidad de Concepción

Resumen

El bienestar psicológico es entendido como la autopercepción de desarrollo del propio potencial personal y funcionamiento psicológico pleno. Su relación con las actividades que las personas realizan en su tiempo libre ha sido poco explorada. La presente investigación tuvo como objetivo analizar esa relación en una muestra de estudiantes chilenos de enseñanza media. El diseño fue de tipo transversal, descriptivo y correlacional. Los participantes fueron 336 estudiantes de enseñanza media de la comuna de San Carlos, en base a una selección por conglomerado al azar. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Bienestar Psicológico de Ryff y el Cuestionario de Uso del Tiempo Libre, el cual fue construido para este estudio.

Los resultados muestran seis conglomerados de actividades y tres conglomerados de participantes. Se encuentra que los estudiantes estructurados - sociables muestran menores puntajes que los estudiantes solitarios en el factor autonomía ($p=.009$). Los estudiantes estructurados - sociables presentan menores puntajes que los estudiantes sociables - tecnológicos en los factores autonomía ($p=.001$) y dominio del entorno ($p=.003$). Existieron diferencias en los niveles en los factores del bienestar, en función del sexo y edad de los participantes.

Este estudio aporta mayor conocimiento acerca del impacto de las dimensiones psicológicas implicadas en el uso del tiempo libre en el bienestar psicológico y de la influencia de los factores contextuales en la proporción de oportunidades para ello, lo cual ha sido escasamente investigado en Chile.

Palabras clave: Bienestar psicológico, uso del tiempo libre, adolescentes.