



**UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**Trabajo de fin de carrera titulado:**

La autoeficacia general y su relación con la satisfacción con la vida en población ecuatoriana mayor de 18 años

**Realizado por:**

Jonathan Joel Labre Ortiz

Paola Monserrath Villacis Copo

**Director:**

Msc. Aitor Larzabal Fernandez

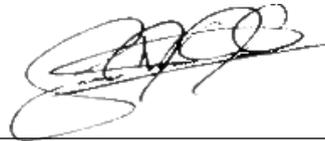
**Como requisito para la obtención del título:**

**Magister en Psicología Mención en Psicoterapia**

## DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo, **Jonathan Joel Labre Ortiz**, con cédula de identidad **1805133129** y **Paola Monserrath Villacis Copo**, con cédula de identidad **1804814646**, declaramos bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de nuestra autoría, no ha sido previamente presentado por ningún grado a calificación profesional y que se ha procesado debidamente la información utilizada en las referencias bibliográficas incluidas en el presente documento.

A través de la presente declaración, cedemos nuestros derechos de propiedad intelectual correspondiente a este trabajo a la **UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK**, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su reglamento y por la normativa institucional vigente.



---

Jonathan Joel Labre Ortiz

C.C 1805133129



---

Paola Monserrath Villacis Copo

C.C 1804814646

## DECLARATORIA

El presente trabajo de investigación titulado:

“La autoeficacia general y su relación con la satisfacción con la vida en población ecuatoriana mayor de 18 años”

Realizado por:

Jonathan Joel Labre Ortiz

Paola Monserrath Villacis Copo

Como un requisito para la Obtención del Título de:

Magister en Psicología Mención en Psicoterapia

Ha sido orientado por el docente

Msc. Aitor Larzabal Fernandez

Quien considera que forma parte de un trabajo original de su autor

**AITOR LARZABAL  
FERNANDEZ -  
16087797X** Digitally signed by AITOR  
LARZABAL FERNANDEZ -  
16087797X  
Date: 2024.09.02 10:52:36  
+02'00'

---

M.S.c. Aitor Larzabal Fernandez

## **Docentes Informantes:**

Después de revisar el trabajo de investigación presentado. Los docentes informantes lo han calificado como apto para su defensa oral frente a un tribunal examinador.



---

**Michelle Stephanie Medina Herdoiza**

---

**Ariela Denise Orbea Cevallos**



# La Autoeficacia General y la Satisfacción con la vida en población ecuatoriana mayores a 18 años

Jonathan Joel Labre Ortiz

Paola Monserrath Villacis Copo

Programa: Semi-Presencial

Línea: Ciencias Psicológicas

Fecha de defensa:

Director del proyecto: Rodrigo Moreta-Herrera

Tutor Principal: Aitor

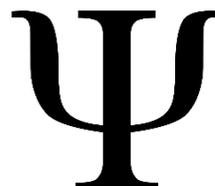
## PALABRAS CLAVE

*Autoeficacia general, Satisfacción con la vida, adultos, género*

## Resumen

**Introducción:** La autoeficacia, definida como la creencia en la capacidad de gestionar y alcanzar metas, y la satisfacción con la vida, una evaluación subjetiva del bienestar, son variables claves para comprender la calidad de vida individual y su desarrollo. Por lo que sus implicaciones abarcan áreas cruciales como la salud mental, el rendimiento académico y la adaptación social, subrayando su importancia en intervenciones orientadas al desarrollo personal. **Objetivo:** El objetivo fue explorar la relación entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida. **Metodología:** Se utilizó un diseño de corte transversal, con un alcance correlacional y un enfoque cuantitativo. Además, al no intervenir directamente sobre los sujetos de estudio, se optó por un diseño no experimental con un total de 1293 participantes con edades comprendidas entre los 18 hasta los 63 años compuesta por 547 hombres ( 42.3% ) y 746 mujeres

Universidad Internacional SEK, Quito, Ecuador



( 57.7% ). Se aplicaron la Escala de Autoeficacia General (GSE) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). **Resultados:** Mostraron una correlación positiva y significativa entre autoeficacia y satisfacción con la vida (  $r = 0.500$ ,  $p < 0.01$  ). Los hombres presentaron niveles ligeramente superiores de autoeficacia, pero no hubo diferencias significativas en la satisfacción con la vida entre géneros. **Discusión:** Resalta que estos hallazgos son consistentes con estudios previos y sugieren la importancia de la autoeficacia en el bienestar. Mientras que las diferencias de género en autoeficacia podrían estar influenciadas por factores socioculturales. **Conclusión:** El fortalecimiento de la autoeficacia general puede aumentar significativamente la satisfacción con la vida. Estos hallazgos subrayan la importancia de diseñar intervenciones dirigidas al desarrollo personal y al bienestar individual.

## KEYWORDS

General Self-efficacy, Life Satisfaction adults, gender

## Abstract

*Introduction:* Self-efficacy, defined as the belief in the ability to manage and achieve goals, and life satisfaction, a subjective evaluation of well-being, are key variables to understand individual quality of life and its development. Therefore, its implications cover crucial areas such as mental health, academic performance and social adaptation, underlining its importance in interventions aimed at personal development. *Objective:* The objective was to explore the relationship between general self-efficacy and life satisfaction. *Methodology:* A cross-sectional design was used, with a correlational scope and a quantitative approach. Furthermore, by not intervening directly on the study subjects, a non-experimental design was chosen with a total of 1,293 participants aged between 18 and 63 years, composed of 547 men (42.3%) and 746 women (

57.7%) . The General Self-Efficacy Scale (GSE) and the Satisfaction with Life Scale (SWLS) will be applied. *Results:* They showed a positive and significant evaluation between self-efficacy and satisfaction with life ( $r = 0.500, p < 0.01$ ). Men presented slightly higher levels of self-efficacy, but there were no significant differences in life satisfaction between genders. *Discussion:* It highlights that these findings are consistent with previous studies and suggest the importance of self-efficacy in well-being. While gender differences in self-efficacy could be influenced by sociocultural factors. *Conclusion:* Strengthening general self-efficacy can significantly increase life satisfaction. These findings underline the importance of designing interventions aimed at personal development and individual well-being.

## Introducción

La autoeficacia surge como idea de Albert Bandura quien en su teoría inicial la definió como la creencia que posee una persona en las propias capacidades para organizar y ejecutar los cursos de acción requeridos para manejar situaciones prospectivas (Bandura, 1977). Siendo que esta convicción influye no solo en los sentimientos y pensamientos de las personas, sino también en su motivación y comportamiento (Bandura, 1986). Por lo cual, no es suficiente tener la capacidad, sino también es necesario considerarse competente. Es fundamental poder aplicar las propias habilidades y destrezas en diversas situaciones, incluyendo las respuestas emocionales frente a desafíos (Aguirre et al., 2015). Por ello, la autopercepción que uno tiene sobre sí mismo influye de manera significativa en la selección de tareas y actividades diarias, en la cantidad de esfuerzo y persistencia que se invierte al enfrentar desafíos e incluso en las reacciones

emocionales frente a situaciones complicadas. Por lo tanto, aquellas creencias sobre la eficacia en uno mismo abogan entre la acción y el conocimiento que en conjunto con otros factores, influyen en el éxito de las propias acciones (Myers, 2006).

La prevalencia de la autoeficacia general ha sido objeto de numerosos estudios en diferentes contextos y poblaciones. Por lo cual, debido a su condición como una variable continua y no específica se procede a reportar estadísticas descriptivas de estudios previos. Siendo el caso del estudio realizado por Taylor (2010) con una muestra de 320 participantes universitarios, el cual obtuvo como resultados que el 60,6% presentaba una percepción elevada de su autoeficacia, el 36,3% un nivel moderado y el 3,2 un nivel bajo. De manera similar, en una investigación llevada a cabo en estudiantes universitarios por Fong-Silva et al. (2021) con

una muestra de 288 participantes, se reportó que el 53,47% de los participantes tenían un alto nivel de autoeficacia en relación al nivel moderado y bajo, lo que refleja una tendencia positiva en esta población.

Otros estudios de igual manera han explorado la autoeficacia general en poblaciones específicas como por ejemplo, en el estudio realizado por Chen et al. (2001), en el cual se investigó la autoeficacia en empleados de empresas de tecnología, encontrando que el 80% de los encuestados se ubicaron en niveles altos de autoeficacia. Este hallazgo puede sugerir que la autoeficacia general puede estar influenciada por el entorno laboral y las demandas profesionales.

Dentro del contexto de salud mental, Luszczynska et al. (2005) presentaron en su estudio que aquellos individuos con trastornos de ansiedad tenían niveles significativamente más bajos de autoeficacia en comparación con la población general, con una prevalencia del 40% dentro de este grupo específico de estudio. Por lo que este dato resalta la importancia de la autoeficacia general como un factor asociado con el bienestar psicológico.

La autoeficacia general tiene implicaciones significativas en diversas áreas de la vida de los individuos. Por ejemplo, en el ámbito laboral, la autoeficacia general influye en el grado de satisfacción, el desempeño en el trabajo y la capacidad para manejar el estrés dentro de este

ámbito. Según un estudio de Judge et al. (2007), los empleados con una alta autoeficacia reportan mayor satisfacción laboral y están más comprometidos con su trabajo. En el ámbito académico, altos niveles de autoeficacia se asocian con mejores resultados académicos y una mayor persistencia en los estudios, un ejemplo de esto se encuentra en un estudio reciente de Honicke & Broadbent (2016), encontrando que la autoeficacia es un fuerte predictor del rendimiento académico en estudiantes universitarios.

De igual manera la autoeficacia se encuentra estrechamente relacionada con el bienestar psicológico. Según un estudio realizado por Luszczynska et al. (2005), los individuos con altos niveles de autoeficacia experimentan menos síntomas de ansiedad y depresión. Además, dentro del mismo ámbito de la salud, en relación al cuidado físico la autoeficacia se ha relacionado con comportamientos saludables y una mejor gestión de enfermedades crónicas, relacionándose con una investigación realizada por McAuley et al. (2011), quienes encontraron que los individuos con un alta autoeficacia tienen más probabilidades de participar en actividades físicas regulares y adoptar dietas saludables.

Por otra parte, la satisfacción con la vida tiene importancia significativa en el campo de la psicología positiva y el bienestar subjetivo que hace referencia a aquella evaluación cognitiva global que una persona, que hace sobre la

calidad de su vida en su totalidad y que se encuentran basadas en criterios individuales. En otras palabras, la satisfacción con la vida representa un juicio general sobre cuánto valora o disfruta un individuo su vida en conjunto, teniendo en cuenta experiencias, logros y condiciones actuales, es considerada una dimensión importante del bienestar subjetivo, que incluye componentes como el afecto positivo y negativo (Diener et al., 2018).

En un estudio realizado por Moreta-Herrera et al. (2018), refieren la importancia de la satisfacción con la vida y su impacto en la salud mental, y la percepción que tiene el individuo de su condición actual, así entonces, la satisfacción con la vida tiene que ver con el análisis de las cogniciones y los sentimientos sobre la vida de cada persona y la forma en como la llevan, de igual manera tiene que ver con aquel deseo interno del sujeto de autoaceptación, de afrontamiento en dificultades, el crecimiento como individuo y la superación personal. Dichos procesos evaluativos son altamente individuales que podrían estar influenciados por factores internos como la personalidad y factores externos como las condiciones socioeconómicas y el contexto social (Pavot & Diener, 2008).

La satisfacción con la vida varía significativamente entre distintos grupos poblacionales y contextos sociales, estudios recientes han demostrado que esta variable es

influenciada por una gama de factores sociodemográficos, económicos y culturales.

El informe de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico OECD (2020) refiere que, los niveles de satisfacción con la vida muestran variaciones significativas entre los países miembros; concluyendo que en países Nórdicos consistentemente reportan altos niveles de satisfacción con la vida, mientras que países con mayores desafíos económicos, culturales y sociales tienden a reportar niveles más bajos

Un estudio llevado a cabo a una muestra de 124 estudiantes de la Universidad de Buenos Aires, en el que el 25% eran hombres y el 75% mujeres, obtuvo como resultado que en relación al género con la satisfacción con la vida, se encontró que la mujeres presentan puntuaciones más altas que sus pares hombres en las dimensiones del entorno, integración, contribución y actualización social, lo que denota que las participantes mujeres, más que los hombres, sienten que pueden elegir o crear entornos favorables y que puedan controlarlos o influenciarlos en su contexto, así mismo evalúan de manera más positiva la calidad de las relaciones que mantienen con la sociedad y su entorno, lo que refleja mayor satisfacción con la vida (Zubieta & Delfino, 2010).

Como se ha mencionado, la satisfacción con la vida a nivel individual puede estar influenciada por factores como; el estado civil, salario, salud

o nivel educativo y de cierto modo repercutir en la salud mental del individuo. Un estudio longitudinal a escala nacional en hogares Australianos con una muestra de 13.969 personas en 7.682 hogares encontró que, las personas casadas, con mejor salario y mayor nivel educativo tienden a registrar niveles más altos de satisfacción con la vida (Kettlewell et al., 2020).

El contexto personal, socioeconómico, cultural toma un papel crucial en la satisfacción con la vida, es importante recalcar que la salud física y mental influyen en la determinación de la satisfacción con la vida. Un metaanálisis de 76 estudios descriptivos encontró que los niveles más altos de optimismo, sentido de propósito en la vida, afecto positivo y satisfacción con la vida se asocian consistentemente con un riesgo de mortalidad reducido, debido a que se pueden modificar dimensiones del bienestar psicológico se ha propuesto intervenciones dirigidas al bienestar y satisfacción como una estrategia para mejorar la salud física en personas con y sin alguna condición médica (Boehm et al., 2012).

La satisfacción con la vida no solo tiene que ver con ser un importante indicador del bienestar subjetivo, sino que también muestra implicaciones para la salud física y mental, el comportamiento y la interacción social. En diversos estudios se ha podido denotar que altos niveles de satisfacción con la vida están

asociados con una variedad de beneficios en la salud y el funcionamiento psicológico.

Desde la perspectiva psicológica, la satisfacción con la vida se ha asociado con mejores niveles de salud mental, que incluye menores índices de depresión o ansiedad. El individuo con altos niveles de satisfacción también tiende a ser más resilientes en situaciones adversas que sean estresoras o adversidades, lo que permite que la persona sea capaz de superar cada obstáculo de la manera más asertiva que genera bienestar (Cohn et al., 2009).

La satisfacción con la vida también se relaciona significativamente con el comportamiento, en cuanto a que, puede influir en las decisiones y acciones de cada individuo que podrían generar un impacto positivo o negativo. En el ámbito de las relaciones interpersonales altos niveles de satisfacción permite que las personas tiendan a tener relaciones más estables y satisfactorias en diversos ámbitos (Diener et al., 2018). Es una variable multifacética que tiene implicaciones significativas para la salud, comportamiento y las relaciones interpersonales, es importante conocer los factores que influyen y consecuencias para desarrollar intervenciones que generen bienestar en diversos contextos y mayor nivel de satisfacción con la vida.

El presente artículo científico, pretende investigar la relación entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida en la

población ecuatoriana. Para abordar esta cuestión, se formula la Hipótesis Nula (H0), es decir, que no existe una relación significativa entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida entre los individuos del contexto ecuatorianos. Esto implicaría que los niveles de autoeficacia no influyen de manera directa en la percepción de satisfacción con la vida. Por otro lado, se plantea la Hipótesis Alternativa (H1), que sugiere la existencia de una relación significativa entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida en individuos del contexto ecuatoriano, es decir, se esperaría encontrar que mayores niveles de autoeficacia general se relacionen positivamente con una mayor satisfacción con la vida.

La verificación de estas hipótesis se llevará a cabo mediante análisis estadísticos que permitan determinar la relación entre estas variables, contribuyendo así a la comprensión del bienestar psicológico en el contexto ecuatoriano.

## **Materiales y métodos**

### ***Diseño de la investigación***

La presente investigación, es de carácter no aplicada, con un alcance correlacional ya que busca explorar las relaciones entre las variables de autoeficacia y satisfacción con la vida mediante la recolección de datos en un momento único en el tiempo, por lo que se habla de un corte de tipo transversal con un enfoque cuantitativo, debido a que se obtuvieron datos estadísticos. Además, al no intervenir directamente sobre los sujetos de estudio, se opta por un diseño no experimental, permitiendo observar los fenómenos tal como

ocurren en su entorno natural (Hernández et al., 2014).

### ***Participantes***

Este proyecto investigativo incluye un total de 1,293 participantes de todo el territorio ecuatoriano, con edades comprendidas entre los 18 hasta los 63 años con una media de  $M = 22,35$  años de edad y una desviación estándar de  $DE = 4,76$ . La muestra está compuesta por 547 hombres ( 42.3% ) y 746 mujeres ( 57.7% ).

## ***Herramientas***

Los instrumentos utilizados para esta investigación fueron: La Escala de Autoeficacia General (General Self-Efficacy Scale, GSE) y La Escala de Satisfacción con la vida (Satisfaction with Life Scale, SWLS). En el caso del primer reactivo sus principales autores fueron Schwarzer & Jerusalem (1992). Por lo cual este instrumento ha tenido a lo largo del tiempo diversas traducciones entre los distintos países hispanohablantes, sin embargo para el presente trabajo se empleó la segunda adaptación española realizada por Sanjuán et al. (2000), debido a que esta versión ha demostrado tener una elevada confiabilidad y validez entre la mayoría de países ya que presenta una alta consistencia interna, con un cociente de Cronbach mayor a 0.87, facilitando así la aplicación y comprensión de los ítems por parte de los participantes. La EAG, por sus siglas en español, consta de un total de 10 ítems formulados en un formato tipo escala Likert de 4 niveles, cuyas opciones de respuesta son: "Incorrecto" con una puntuación de 1, "Apenas cierto" con una puntuación de 2, "Más bien cierto" con una puntuación de 3 y "Cierto" con una puntuación de 4. Además, la escala presenta una estructura unidimensional, ya que determina el nivel de autoeficacia presente en una persona. Señalando que un puntaje de 10 a 20 puntos indica un bajo nivel de autoeficacia, de 21 a 30 puntos un nivel moderado y de 31 a

40 puntos indica un alto nivel. Por lo que esta escala determina el nivel general que tiene un individuo con respecto a las ideas que tiene sobre sus propias capacidades para planificar y ejecutar acciones necesarias para solventar y alcanzar metas.

Por otra parte, en el caso del segundo instrumento empleado, la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) fue elaborada por Diener et al. (1985). Siendo este instrumento adaptado y validado en distintos contextos lingüísticos y culturales. Razón por la cual para el presente estudio, se utilizó la adaptación española de Vázquez et al. (2013), debido a que esta versión ha demostrado poseer un alto nivel de validez y confiabilidad, presentando una consistencia interna con una alfa de Cronbach mayor a 0,82. Por lo cual, facilita su aplicación y comprensión de los ítems por parte de los participantes. La SWLS consta de un total de 5 ítems, estructurados en un formato tipo escala Likert de 7 niveles, con opciones de respuesta que van desde "Totalmente desacuerdo" con una puntuación de 1 hasta "Totalmente de acuerdo" con una puntuación de 7. De esta manera la escala de satisfacción presenta una estructura unidimensional, destinada a medir el grado de satisfacción que un individuo tiene con su vida general. Por ello, un puntaje de 5 a 9 puntos indica una insatisfacción extrema con la vida, de 10 a 14 puntos una insatisfacción moderada, de 15 a 19 puntos una ligera insatisfacción,

de 20 a 24 puntos una satisfacción neutra, de 25 a 29 puntos una ligera satisfacción, de 30 a 34 puntos una satisfacción moderada y de 35 a 40 una satisfacción elevada. Por lo tanto, esta escala es una herramienta útil para determinar el nivel general de satisfacción de un individuo con su vida, basándose en sus propias percepciones y evaluaciones personales acerca de su bienestar y calidad de vida.

### ***Procedimiento metodológico***

El presente estudio se inició con una prueba piloto para evaluar la viabilidad de su ejecución a una escala global en el contexto ecuatoriano. Posteriormente, el proyecto de investigación recibió la aprobación necesaria del Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos (CEISH-UISEK), quien determinó que el estudio no implicaría un impacto grave para los participantes y que los beneficios serían significativos. Una vez obtenida esta aprobación, se preparó un video explicativo para informar a los participantes sobre los

detalles del estudio. En el video se subrayó que la participación en el proyecto sería completamente voluntaria, anónima y libre.

Luego, se envió la encuesta junto con el video explicativo a los participantes, indicando que debían confirmar su participación aceptando el consentimiento informado. Una vez que todos los participantes completaron la encuesta, los datos se recopilaron a través de la plataforma Qualtrics.

### ***Análisis de datos***

Para el presente estudio en relación al análisis de datos se utilizó el software SPSS en su versión 29. Por lo que se procedió de manera inicial con el análisis estadístico descriptivo generando tablas de frecuencia y porcentajes con los datos obtenidos de los instrumentos empleados en el estudio. Además, se realizó la parte estadística de tendencia central (Media) y estadísticos de dispersión (máximo, mínimo, rango y desviación estándar).

## **Resultados**

### ***Análisis descriptivo***

En la Tabla 1, se observa en cuanto a la variable de Satisfacción con la vida (SWLS) se presenta una (  $M = 12.94$  ,  $DE = 3.38$  ,  $Mínimo = 4.00$  y  $Máximo = 20.00$  ) entre los participantes. Lo cual indicaría en base a las oscilaciones entre el máximo y el mínimo que la percepción de satisfacción con la vida varía considerablemente dentro de la muestra. Por

otra parte, la variable de Autoeficacia General (EAG) se pueden determinar los siguientes parámetros (  $M = 26.17$  ,  $DE = 6.36$  ,  $Mínimo = 10.00$  y  $Máximo = 40.00$  ), cuyas variaciones entre máximo y mínimo muestran un mayor grado de dispersión en relación con la variable de Satisfacción con la Vida.

**Tabla 1.**  
*Estadísticos Descriptivos*

Variables	M	DE	Mínimo	Máximo
Satisfacción con la vida (SWLS)	12.94	3.38	4.00	20.00
Autoeficacia General (EAG)	26.17	6.36	10.00	40.00

Nota: M: media aritmética; DE: desviación estándar

### **Análisis de correlación**

En relación con la Tabla 2, al llevar a cabo la prueba de correlación de Pearson se halló una relación positiva y significativa entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida (  $r = 0.500$ ,  $p < 0.01$  ). Este coeficiente de correlación sugiere que a medida que los niveles de autoeficacia aumentan, también lo hace la satisfacción con la vida. La fuerza de esta correlación es moderada, lo que implica que, aunque hay una conexión notable entre estas dos variables, también existen otros factores que afectan la satisfacción con la vida

**Tabla 2.**  
*Matriz de Correlaciones*

Variables	1	2
1. Satisfacción con la vida (SWLS)	-	.500**
2. Autoeficacia General (EAG)	.500**	-

Nota: \*\*  $p < 0.01$ , \*  $p < 0.05$

### **Análisis de regresión**

Los resultados indican que la variable dependiente es la satisfacción con la vida, mientras que la variable predictora es la autoeficacia general. Los resultados del análisis estadístico revelan que existe una correlación moderada positiva entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida, con un valor de (  $R = .500$  ). Esto sugiere que a medida que aumenta la autoeficacia general, también tiende a aumentar la satisfacción con la vida. El valor

de (  $R \text{ cuadrado} = .250$  ), indica que el 25% de la variación en la satisfacción con la vida puede ser explicada por la autoeficacia general. Aunque esta proporción es significativa, también sugiere que hay otros factores que influyen en la satisfacción con la vida y que no están siendo capturados por la autoeficacia general en este modelo. El valor ajustado de (  $R \text{ cuadrado} = .249$  ), que es muy similar a  $R \text{ cuadrado}$ . Esto indica que el modelo se ajusta bien a los datos y que la inclusión de la

autoeficacia general como predictor no resulta en un sobreajuste del modelo. Finalmente, el Error estándar de la estimación es .293, lo que sugiere que, en promedio, las predicciones de

satisfacción con la vida tienen un error de .293 unidades. Este valor refleja la precisión del modelo al predecir la satisfacción con la vida a partir de la autoeficacia general.

### **Análisis de comparación entre sexos**

En relación a la Tabla 4, se puede observar el análisis comparativo entre los sexos con las variables de autoeficacia general y satisfacción con la vida. Los resultados indican que, en términos de autoeficacia general, los hombres ( $N = 491$ ) presentaron una media de ( $M = 13.04$ ) con una desviación estándar de ( $D.E = 4.23$ ), mientras que las mujeres ( $N = 666$ ) obtuvieron una media de ( $M = 12.85$ ) y una desviación estándar de ( $D.E = 4.17$ ). El análisis estadístico arrojó un valor de ( $t = 4.23$ ) y un valor  $p$  menor a .001 ( $p < 0.001$ ), lo cual señala que existe una diferencia significativa entre hombres y mujeres en esta variable, siendo ligeramente mayor la autoeficacia general en los hombres.

En cuanto a la satisfacción con la vida, los hombres ( $N = 494$ ) reportaron una media de ( $M = 27.08$ ) con una desviación estándar de ( $D.E = 6.65$ ), mientras que las mujeres ( $N = 668$ ) mostraron una media de ( $M = 25.49$ ) y una desviación estándar de ( $D.E = 6.04$ ). El valor de  $t$  de Student obtenido fue de ( $t = .94$ ) con un valor  $p$  de ( $p = .173$ ), indicando que no hay una diferencia significativa entre hombres y mujeres en términos de satisfacción con la vida. Estos resultados sugieren que, aunque hay una ligera tendencia a que los hombres reporten mayor satisfacción con la vida en comparación con las mujeres, esta diferencia no es estadísticamente significativa.

**Tabla 4.**  
*Análisis Comparativo entre Sexos con las variables*

	<b>Sexo</b>	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>D.E</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
<b>Autoeficacia General</b>	<b>Hombre</b>	491	13.04	3.49	4.23	<,001
	<b>Mujer</b>	666	12.85	3.29		
<b>Satisfacción con la Vida</b>	<b>Hombre</b>	494	27.08	6.65	.94	.173
	<b>Mujer</b>	668	25.49	6.04		

Nota: \*\*  $p < 0.01$ , \*  $p < 0.05$

## Discusión

Los resultados del presente estudio proporcionan una comprensión profunda sobre la relación entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida en el contexto ecuatoriano. En términos generales, los participantes mostraron niveles moderados a altos en ambas variables, sugiriendo percepciones positivas tanto de sus capacidades para alcanzar metas como de su satisfacción global con la vida.

Los análisis descriptivos revelaron que la variable de Satisfacción con la Vida (SWLS) presentó una media de ( $M = 12.94$ ), con una desviación estándar de ( $D.E = 3.38$ ), y un rango de puntajes que varió entre un mínimo de ( $Min = 4.00$ ) y un máximo de ( $Máx = 20.00$ ). Estas oscilaciones indican que la percepción de satisfacción con la vida varía considerablemente dentro de la muestra. Por otro lado, la variable de Autoeficacia General (EAG) mostró una media de ( $M = 26.17$ ), una desviación estándar de ( $D.E = 6.36$ ), y un rango que osciló entre un mínimo de ( $Min = 10.00$ ) y un máximo de ( $Máx = 40.00$ ), lo que refleja un mayor grado de dispersión en comparación con la variable de Satisfacción con la Vida. Estos resultados sugieren que, mientras la autoeficacia general presenta una mayor variabilidad, la satisfacción con la vida es más homogénea entre los participantes.

La correlación positiva y significativa hallada entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida ( $r = 0.500, p < 0.01$ ) refuerza la noción de que a medida que aumentan los niveles de autoeficacia, también lo hace la satisfacción con la vida. Este coeficiente de correlación sugiere una conexión moderada entre estas dos variables, lo que implica que, aunque la autoeficacia podría influir significativamente en la satisfacción con la vida también existen otros factores que podrían estar afectando esta percepción de bienestar. Por lo cual, este hallazgo es consistente con estudios previos como el realizado por Romero et al. (2021) y Reigal-Garrido et al. (2014) en los cuales de la misma manera se han obtenido correlaciones positivas significativas entre estas dos variables, por lo que se podría asumir que una mayor confianza en las propias capacidades está asociada con una mayor percepción de bienestar.

En lo que respecta a la predicción de la satisfacción con la vida a través de la autoeficacia general, la regresión lineal mostró un R cuadrado que sugiere que la autoeficacia influye en un 25% en la satisfacción global con la vida, indicando una notable importancia de esta variable. Estos hallazgos respaldan las investigaciones de Gunnell et al. (2014) y Ornelas et al. (2019), quienes destacaron la importancia de la creencia de una persona en su capacidad y eficacia para cuidar su salud, y su

valor explicativo en la satisfacción con la vida. Además, subrayan que la percepción de autoeficacia no solo se limita a aspectos de salud, sino que también se extiende a diversas áreas de la vida cotidiana, lo que podría contribuir significativamente a una mayor satisfacción general. Esto implica que fortalecer la autoeficacia en individuos podría ser una estrategia clave para mejorar su bienestar general, ya que una mayor confianza en la propia capacidad para manejar diferentes aspectos de la vida puede llevar a una percepción más positiva y satisfactoria de la misma.

Según el análisis comparativo realizado con la prueba *t* de Student entre géneros reveló diferencias significativas en los niveles de autoeficacia general. Los hombres presentaron una media ligeramente superior a la de las mujeres, con un valor de ( $t = 4.23, p < .001$ ), lo que señala una diferencia estadísticamente significativa. Esto sugiere que factores socioculturales podrían influir en la percepción de autoeficacia según el género, alineándose con estudios previos de Chavarría & Barra (2014), Teixeira & Costa (2018) y Tena et al. (2016), que también encontraron niveles más altos de autoeficacia en hombres. Esta diferencia podría deberse a las diversas formas de socialización y los diferentes roles de género en la sociedad, lo que afecta cómo hombres y mujeres gestionan sus proyectos en distintos ámbitos de la vida. Sin embargo, estos

resultados contrastan con los hallazgos de Aguirre et al. (2015), quienes observaron que las mujeres reportaron puntuaciones de autoeficacia más altas en comparación con los hombres. Esta discrepancia podría explicarse por variaciones en los contextos de estudio, la metodología utilizada o incluso por diferencias culturales y sociales en las muestras analizadas. Además, podría indicar que, en algunos entornos, las mujeres desarrollan una mayor autoeficacia debido a la necesidad de superar barreras y desafíos específicos relacionados con su género.

En relación a la satisfacción con la vida, aunque los hombres mostraron una media ligeramente superior en comparación con las mujeres, el análisis estadístico indicó que esta diferencia no es significativa ( $t = 0.94, p = 0.173$ ). Estos resultados sugieren que, a pesar de una tendencia hacia una mayor satisfacción con la vida reportada por los hombres, esta diferencia no es lo suficientemente grande como para ser considerada estadísticamente significativa. Este hallazgo es consistente con estudios previos realizados por Caccia & Elgier (2020) y Avile & Baca-Mejía (2019), quienes también concluyeron que no existían diferencias significativas en la satisfacción con la vida entre géneros. Por lo que estos resultados podrían indicar que otros factores, más allá del género, influyen en la satisfacción con la vida. Por ejemplo, variables como el contexto socioeconómico, el apoyo social, la salud

mental y física, así como experiencias individuales, pueden desempeñar un papel crucial en la percepción de satisfacción con la vida.

### **Limitaciones**

Aunque los hallazgos del presente estudio proporcionan información valiosa sobre la relación entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida en el contexto ecuatoriano, es importante reconocer varias limitaciones que podrían haber afectado los resultados y su interpretación. En primer lugar, el muestreo utilizado en este estudio fue de carácter no probabilístico, lo cual limita la generalización de los resultados a la población ecuatoriana en su totalidad. Según Etikan et al. (2015), las muestras no probabilísticas pueden introducir sesgos, ya que no todos los individuos de la población tienen la misma probabilidad de ser seleccionados, lo que puede afectar la representatividad de los hallazgos. En segundo lugar, los datos fueron recolectados mediante auto reportes, los cuales están sujetos a sesgos. Los participantes pueden haber proporcionado respuestas que consideraban socialmente aceptables o que reflejaban lo que creían que los investigadores querían escuchar, en lugar de sus verdaderas percepciones y sentimientos (Podsakoff et al., 2003). Otra limitación importante es la naturaleza transversal del estudio, que impide establecer relaciones causales entre las variables. Aunque se encontró una correlación positiva y

significativa entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida, no es posible determinar si un mayor nivel de autoeficacia causa un aumento en la satisfacción con la vida, o si es la satisfacción con la vida la que influye en la autoeficacia, o si ambos están influenciados por otras variables no medidas en este estudio. Finalmente, la diferencia en la proporción de género en la muestra puede haber influido en los resultados. Aunque se encontraron diferencias significativas en los niveles de autoeficacia entre hombres y mujeres, es posible que una muestra más equilibrada en términos de género hubiera arrojado resultados diferentes o proporcionado una imagen más clara de estas diferencias.

A pesar de estas limitaciones, los resultados de este estudio ofrecen una base sólida para futuras investigaciones que busquen explorar más a fondo la relación entre la autoeficacia y la satisfacción con la vida, así como los factores adicionales que podrían influir en estas percepciones.

### **Recomendaciones**

Con base en los hallazgos y las limitaciones del presente estudio, se sugieren varias recomendaciones para futuras investigaciones y aplicaciones prácticas.

Primero, se recomienda realizar estudios longitudinales para explorar las relaciones causales entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida. Los estudios

longitudinales permitirían observar cómo estas variables evolucionan a lo largo del tiempo y ayudarían a identificar la dirección de las influencias causales (Singer & Willett, 2003). Además, sería beneficioso incluir y controlar variables sociodemográficas y contextuales adicionales, como el nivel socioeconómico, el estado civil, la ocupación y la educación. Estos factores pueden influir significativamente en la autoeficacia y la satisfacción con la vida, y su consideración podría proporcionar una comprensión más completa y matizada de las dinámicas entre estas variables

### **Implicaciones Prácticas**

Los hallazgos de este estudio tienen varias repercusiones prácticas relevantes para la creación y ejecución de programas e intervenciones destinadas a mejorar el bienestar de las personas.

En primer lugar, dado que se encontró una relación positiva y significativa entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida, los programas de desarrollo personal y educativo deberían incorporar elementos que refuercen la autoeficacia. Intervenciones que aumenten la confianza en las propias

### **Conclusiones**

Los hallazgos de este estudio aportan una comprensión clara sobre la relación entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida en el contexto ecuatoriano. Los

habilidades para planificar y alcanzar objetivos podrían tener un efecto positivo en la satisfacción general con la vida de los individuos (Bandura, 1977).

En el ámbito educativo, es esencial que las instituciones escolares y universitarias integren estrategias que apoyen el desarrollo de la autoeficacia en sus planes de estudio. Los programas educativos que incluyan técnicas de enseñanza que promuevan la autoeficacia, como el aprendizaje cooperativo y la resolución de problemas, pueden ayudar a mejorar la satisfacción con la vida de los estudiantes, preparando así a jóvenes más resilientes y capaces de enfrentar desafíos (Urdan & Pajares, 2006).

Por último, en el ámbito organizacional, los resultados sugieren que las iniciativas dirigidas a aumentar la autoeficacia entre los empleados podrían mejorar su satisfacción con la vida (Judge & Bono, 2001). Por lo tanto, las empresas podrían implementar programas de capacitación y desarrollo profesional enfocados en fortalecer la autoeficacia, promoviendo así un ambiente laboral más positivo y saludable.

participantes reportaron niveles de moderados a altos en ambas variables, lo cual sugiere una percepción positiva tanto de sus capacidades para alcanzar metas como de su satisfacción global con la vida.

La correlación positiva y significativa entre la autoeficacia general y la satisfacción con la vida sugiere que un incremento en la autoeficacia se asocia con un aumento en la satisfacción con la vida, respaldando resultados de investigaciones previas.

Adicionalmente, la regresión lineal mostró que la autoeficacia tiene una influencia del 25% en la satisfacción global con la vida, destacando su relevancia como factor predictivo. Los análisis comparativos revelaron diferencias significativas en los niveles de autoeficacia entre géneros, siendo ligeramente superiores en los hombres, mientras que no se encontraron diferencias significativas en la satisfacción con la vida entre géneros.

Estos resultados indican que la autoeficacia es un factor esencial para la satisfacción con la

vida, y que las diferencias de género en la autoeficacia pueden estar influenciadas por factores socioculturales.

## Referencias

- Aguirre, J. F., Blanco, J. R., Rodríguez-Villalobos, J. M., & Ornelas, M. (2015). Autoeficacia General Percibida en Universitarios Mexicanos, Diferencias entre Hombres y Mujeres. *Formación universitaria*, 8(5), 97-102. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062015000500011>
- Bandura, A. (1977). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. 84(2), 191-215.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.

- Boehm, J. K., Vie, L. L., & Kubzansky, L. D. (2012). The Promise of Well-Being Interventions for Improving Health Risk Behaviors. *Current Cardiovascular Risk Reports*, 6(6), 511-519. <https://doi.org/10.1007/s12170-012-0273-x>
- Chen, G., Gully, S. M., & Eden, D. (2001). Validation of a New General Self-Efficacy Scale. *Organizational Research Methods*, 4(1), 62-83. <https://doi.org/10.1177/109442810141004>
- Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A., & Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: Positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion*, 9(3), 361-368. <https://doi.org/10.1037/a0015952>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253-260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2015). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), Article 1. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Fong-Silva, W., Colpas-Castillo, F., & Causado-Moreno, E. (2021). Estilo de aprendizaje y su asociación con la autoeficacia, conocimientos previos y motivación intrínseca en estudiantes de ingeniería. *IPSA Scientia, revista científica multidisciplinaria*, 6(4), Article 4. <https://doi.org/10.25214/27114406.1367>
- Gunnell, K. E., Crocker, P. R. E., Mack, D. E., Wilson, P. M., & Zumbo, B. D. (2014). Goal contents, motivation, psychological need satisfaction, well-being and physical activity: A test of self-determination theory over 6 months. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(1), 19-29. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.08.005>

Hernández, S., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. (6.<sup>a</sup> ed.).

McGraw-Hill Education. chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf

Honick, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational Research Review, 17*, 63-84.

<https://doi.org/10.1016/j.edurev.2015.11.002>

Judge, T. A., & Bono, J. E. (2001). Relationship of core self-evaluations traits—self-esteem, generalized self-efficacy, locus of control, and emotional stability—with job satisfaction and job performance: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology, 86*(1), 80-92.

<https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.1.80>

Judge, T. A., Jackson, C. L., Shaw, J. C., Scott, B. A., & Rich, B. L. (2007). Self-efficacy and work-related performance: The integral role of individual differences. *Journal of Applied Psychology, 92*(1), 107-127. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.92.1.107>

Kettlewell, N., Morris, R. W., Ho, N., Cobb-Clark, D. A., Cripps, S., & Glozier, N. (2020). The differential impact of major life events on cognitive and affective wellbeing. *SSM - Population Health, 10*, 100533. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2019.100533>

Luszczynska, A., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). The General Self-Efficacy Scale: Multicultural Validation Studies. *The Journal of Psychology, 139*(5), 439-457. <https://doi.org/10.3200/JRLP.139.5.439-457>

McAuley, E., Mullen, S. P., Szabo, A. N., White, S. M., Wójcicki, T. R., Mailey, E. L., Gothe, N. P., Olson, E. A., Voss, M., Erickson, K., Prakash, R., & Kramer, A. F. (2011). Self-Regulatory Processes and Exercise Adherence in Older Adults. *American Journal of Preventive Medicine, 41*(3), 284-290. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2011.04.014>

- Moreta-Herrera, R., López-Calle, C., Gordón-Villalba, P., Ortíz-Ochoa, W., Gaibor-González, I., Moreta-Herrera, R., López-Calle, C., Gordón-Villalba, P., Ortíz-Ochoa, W., & Gaibor-González, I. (2018). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y social como predictores de la salud mental en ecuatorianos. *Actualidades en Psicología*, 32(124), 112-126. <https://doi.org/10.15517/ap.v32i124.31989>
- Myers, D. G. (2006). *Psicología*. Ed. Médica Panamericana.
- OECD. (2020). *How's Life? 2020: Measuring Well-being*. OECD. <https://doi.org/10.1787/9870c393-en>
- Ornelas, L. H. B., Díaz-Leal, A. C., Contreras, M. O., Fernández, F. M., & Pinto, N. S. (2019). La Autoeficacia en el Cuidado de la Salud en la Predicción de la Satisfacción con la Vida. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 3(52), 53-65.
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152. <https://doi.org/10.1080/17439760701756946>
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J.-Y., & Podsakoff, N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *The Journal of Applied Psychology*, 88(5), 879-903. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.88.5.879>
- Reigal-Garrido, R. E., Videra-García, A., & Gil, J. (2014). *Práctica física, autoeficacia general y satisfacción vital en la adolescencia*. <https://digibug.ugr.es/handle/10481/35367>
- Romero, G. P. M., Quispe, P. L., Cristobal, O. E. P., Velarde, C. G. L., Ayte, J. A. S., Manrique, Y. R. P., & Mendoza, S. G. (2021). Satisfacción con la Vida y la Autoeficacia Específica para el Afrontamiento del Estrés, en los Estudiantes Universitarios de la Escuela de Psicología de la Universidad Privada César Vallejo de Lima Sur, 2017. *Ciencia Latina*

- Revista Científica Multidisciplinar*, 5(3), Article 3.  
[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v5i3.462](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i3.462)
- Sanjuán, P., Pérez, A., & Bermúdez, J. (2000). *Escala de autoeficacia general: Datos psicométricos de la adaptación para población española*. 12, 509-513.
- Schwarzer, R., & Jerusalem. (1992). *Self-efficacy as a resource factor in stress appraisal process. Self-efficacy: Thought Control of Action*. Hemisphere Publishing Corporation.
- Singer, J. D., & Willett, J. B. (2003). *Applied longitudinal data analysis: Modeling change and event occurrence* (pp. xx, 644). Oxford University Press.  
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195152968.001.0001>
- Taylor, J. A. S. (2010). Autoeficacia y Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios. *Revista Griot*, 3(2), Article 2.
- Tena, R. O., Latorre, M. L. Á., & Murillo, D. A. F. (2016). Comparación entre rendimiento académico, autoeficacia y práctica deportiva en universitarios. *Actualidades Investigativas en Educación*, 17(1), 1-21.
- Urdañ, T., & Pajares, F. (2006). *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents*. IAP.
- Vázquez, C., Duque, A., & Hervás, G. (2013). Satisfaction with Life Scale in a Representative Sample of Spanish Adults: Validation and Normative Data. *The Spanish Journal of Psychology*, 16, E82. <https://doi.org/10.1017/sjp.2013.82>
- Zubieta, E. M., & Delfino, G. I. (2010). Satisfacción Con La Vida, Bienestar Psicológico Y Bienestar Social En Estudiantes Universitarios De Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones*, XVII, 277-283.