



Universidad Tecnológica ECOTEC

Título del trabajo:

Análisis de la doble presencia en el bienestar de los estudiantes universitarios empleados.

Línea de Investigación:

Psicología, Sociedad y Bienestar

Modalidad de titulación:

Trabajo de Integración Curricular

Carrera/programa:

Psicología

Título a obtener:

Licenciatura en Psicología

Autoras:

Gabriela Margarita Sánchez Méndez

Rosa Angélica Salazar Castro

Tutor:

Daniel Alfonso Oleas Rodríguez.

Guayaquil – Ecuador

2024

Índice General

a. Introducción	5
b. Desarrollo de la investigación	9
Capítulo 1: Marco Teórico:	9
Capítulo 2: Metodología del Proceso de Investigación	15
Capítulo 3: Resultados de la investigación.....	19
c. Conclusiones	24
d. Recomendaciones	25
e. Referencias y bibliografía	26

Índice de tablas

Tabla 1	20
Tabla 2	20
Tabla 3	21



**PROCESO DE TITULACIÓN
CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TUTOR**

Samborondón, 31 de julio del 2024.

Magíster

Verónica Baquerizo Álava

***Unidad Académica: Facultad de Comunicación, Humanidades y
Creatividad Universidad Tecnológica ECOTEC***

De mis consideraciones:

***Por medio de la presente comunico a usted que el trabajo de titulación TITULADO:
Análisis de la doble presencia en el bienestar de los estudiantes universitarios
empleados, fue revisado, siendo su contenido original en su totalidad, así como el
cumplimiento de los requerimientos establecidos en la guía para su elaboración,
por lo que se autoriza a las estudiantes Sánchez Méndez Gabriela Margarita y
Salazar Castro Rosa Angélica, para que proceda con la presentación oral del
mismo.***

ATENTAMENTE,

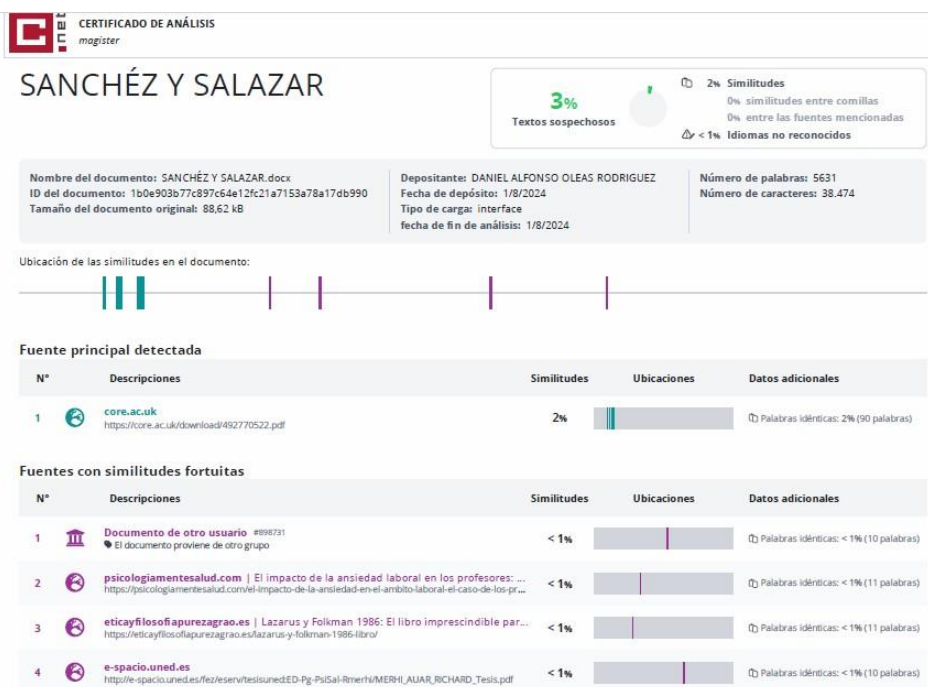
Firma

Mgtr/ PhD. Daniel Alfonso Oleas Rodríguez Tutor(a)



PROCESO DE TITULACIÓN
CERTIFICADO DEL PORCENTAJE DE
COINCIDENCIAS DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Habiendo sido revisado el trabajo de titulación TITULADO: Análisis de la doble presencia en el bienestar de los estudiantes universitarios empleados, elaborado por Gabriela Margarita Sánchez Méndez y Rosa Angélica Salazar Castro, fue remitido al sistema de coincidencias en todo su contenido el mismo que presentó un porcentaje del (3%) mismo que cumple con el valor aceptado para su presentación que es inferior o igual al 10% sobre el total de hojas del documento. Adicional se adjunta print de pantalla de dicho resultado.



ATENTAMENTE,

Firma

Mgtr/ PhD. Daniel Alfonso Oleas Rodríguez
Tutor(a)

a. Introducción

El concepto de estudio y trabajo ha sido objeto de atención en la literatura académica y profesional. Según Nelson et al. (2019), "la capacidad de los estudiantes para gestionar eficazmente sus múltiples roles y responsabilidades puede tener un impacto significativo en su bienestar general y su éxito académico". Esta idea se alinea con las investigaciones de Li et al. (2020), quienes resaltan que "la integración efectiva de las demandas de estudio y trabajo puede promover un mayor sentido de logro y satisfacción personal entre los estudiantes universitarios empleados". En la actualidad, el ejercer múltiples roles y responsabilidades se ha convertido en un desafío cada vez más relevante, especialmente para los estudiantes universitarios que, además de dedicarse a sus estudios, enfrentan la necesidad de trabajar para cubrir sus gastos personales.

Los desafíos que enfrentan los estudiantes trabajadores están determinados por las demandas del entorno laboral y la globalización, así como por las condiciones socioeconómicas. En su mayoría, estos estudiantes provienen de familias con recursos económicos limitados e ingresos reducidos. (Barreto et al. 2019). El estudio, a pesar de los desafíos y adversidades, es una realidad para muchos estudiantes, lo cual aumenta la probabilidad de lograr un conjunto de metas a través de un trabajo denodado y perseverante. En este contexto, la actitud del docente también juega un papel crucial para alcanzar un rendimiento académico adecuado. (Huéscar et al. 2020).

En el contexto de la educación superior, la creciente prevalencia del empleo estudiantil plantea cuestiones adicionales sobre cómo los estudiantes gestionan su tiempo y energía para cumplir con las demandas académicas y laborales. Según datos del Instituto de Educación Internacional (2020), aproximadamente el 71% de los estudiantes universitarios en los Estados Unidos trabajan mientras estudian, lo que subraya la importancia de comprender los efectos de esta doble carga en el bienestar estudiantil.

Si bien Simons et al. (2019) ha señalado los posibles beneficios del empleo estudiantil, como el desarrollo de habilidades profesionales y la autonomía financiera, otros como Huang et al., (2021) han destacado los desafíos asociados, como el estrés, la fatiga y el impacto negativo en el rendimiento académico.

El siguiente trabajo de investigación se enfocará en comprender cómo los estudiantes universitarios que trabajan logran equilibrar sus responsabilidades académicas y laborales. Se explorarán las estrategias de autogestión, el apoyo social y las percepciones de bienestar de estos estudiantes, así como los desafíos específicos que enfrentan al intentar conciliar sus múltiples roles.

Antecedentes

La relación entre el empleo estudiantil, el rendimiento académico y el bienestar resulta compleja, según estudios como el de Park et al. (2019) han encontrado una asociación negativa entre el empleo estudiantil y el rendimiento académico, señalando que el tiempo dedicado al trabajo puede impactar adversamente en el tiempo disponible para el estudio. Además, como la investigación de Simons et al. (2019) han sugerido que el estrés derivado del trabajo puede tener efectos negativos en la salud mental de los estudiantes. No obstante, otros estudios más recientes han destacado que el empleo estudiantil puede proporcionar beneficios, como la adquisición de habilidades laborales y la autonomía financiera (Eisenberger et al., 2021).

Según Okano et al. (2019) se llevó a cabo un estudio sobre las conexiones entre el sueño, la función cognitiva y el rendimiento académico de estudiantes universitarios. Los resultados concluyeron que una mejor calidad y consistencia del sueño se correlacionan positivamente con calificaciones más altas y, por consiguiente, un mejor rendimiento académico en la universidad. Si bien el estudio no analizó directamente el rendimiento académico, se consideró importante incluir esta variable. Esto se debe a que se observa que los estudiantes universitarios que trabajan tienden a descuidar el descanso suficiente, lo cual podría tener un impacto negativo en su rendimiento académico. Existen resultados que indican que el promedio de calificaciones se relaciona con el sueño, las horas

dedicadas al trabajo y los ingresos familiares. Se pudo comprobar que los empleados que laboran en el área de servicios presentan puntuaciones de sueño ligeramente más bajas que aquellos que trabajan en otros sectores (Chiang et al., 2020).

La relación entre el empleo estudiantil y el rendimiento académico, descuidando otras áreas importantes del bienestar estudiantil, como la salud mental y las relaciones sociales. Además, Smith & Jones (2020) mencionan que se necesita más investigación sobre cómo factores contextuales, como el tipo de empleo, la cantidad de horas trabajadas y el apoyo social, pueden modular la relación entre el empleo estudiantil y los resultados académicos y de bienestar en el contexto actual.

Barreto Osma et al., (2019) mencionan que trabajar y estudiar como parte del proceso de formación universitaria es un fenómeno creciente en las nuevas generaciones. Por tanto, representa un desafío que implica una mayor comprensión de las interacciones entre la universidad y el mundo laboral, es por esto que el trabajo de investigación utilizará un enfoque cuantitativo, empleando encuestas y entrevistas para recopilar datos. Además, se reclutarán estudiantes universitarios que trabajan para participar en el estudio y se explorarán sus experiencias, estrategias de autogestión y percepciones de bienestar.

Pregunta científica

¿Cuál es el impacto de la doble presencia en el bienestar de los estudiantes universitarios empleados, considerando variables como el rendimiento académico, la salud mental y la satisfacción laboral?

Objetivos:**Objetivo general.**

Determinar el impacto de la doble presencia en el bienestar de los estudiantes universitarios empleados, con el propósito de comprender cómo las cargas laborales y académicas afectan su bienestar.

Objetivos específicos.

1. Identificar las fuentes de estrés relacionadas con la doble presencia en los estudiantes universitarios empleados.
2. Evaluar el impacto de la doble presencia en el bienestar psicológico y físico de los estudiantes universitarios empleados.
3. Evaluar el efecto del tiempo de estudio y trabajo diario en el bienestar de los estudiantes universitarios empleados.

Justificación

La doble presencia, entendida como la situación en la que los estudiantes universitarios se encuentran simultáneamente empleados y comprometidos con sus estudios académicos, es un fenómeno de creciente relevancia en la sociedad contemporánea. Según un estudio de Johnson y Martínez (2022), "la prevalencia de la doble presencia entre los estudiantes universitarios ha aumentado en las últimas décadas, lo que destaca la importancia de comprender sus efectos en el bienestar y el rendimiento académico".

Estas dinámicas crean desafíos únicos que impactan directamente el bienestar de los estudiantes y el éxito académico. Un estudio reciente de Wang et al. (2023) señala que "los estudiantes que trabajan mientras estudian a menudo experimentan niveles más altos

de estrés y fatiga, lo que puede afectar negativamente su capacidad para concentrarse y rendir académicamente".

En este contexto, este estudio pretende analizar en profundidad el impacto de esta doble presencia en el bienestar de los estudiantes trabajadores, se aborda una realidad emergente y poco explorada, lo que responde a la necesidad de comprender mejor las complejidades asociadas con el equilibrio entre el trabajo y los estudios en el contexto universitario.

b. Desarrollo de la investigación

Capítulo 1: Marco Teórico:

La investigación busca comprender qué efecto tiene la "doble presencia" (carga laboral y académica simultánea) en el bienestar de los estudiantes empleados. El para qué de este estudio se basa en identificar cómo estas cargas afectan el bienestar de los estudiantes, medido a través de indicadores como el estrés, la ansiedad, la depresión, y la satisfacción vital, académica y profesional. Es importante porque se busca entender cómo la presión de la doble presencia impacta el bienestar de los estudiantes universitarios empleados, estas relaciones pueden ayudar a desarrollar estrategias y políticas que mitiguen los efectos negativos de la doble presencia, mejorando así la calidad de vida y el rendimiento académico y profesional de los estudiantes.

“Bienestar de los estudiantes universitarios empleados”

El bienestar, en el contexto de la psicología, es un constructo multidimensional que abarca aspectos tanto emocionales como cognitivos y físicos de la experiencia humana. Según Diener y Ryan (2009), puede entenderse como "la evaluación subjetiva de la calidad de vida en múltiples dominios relevantes para el individuo". En esta definición resalta la importancia de considerar la percepción individual de la satisfacción y el equilibrio en

diferentes áreas de la vida para comprender el bienestar de manera integral. Además, Seligman (2011) sugiere que el bienestar no se limita a la ausencia de malestar, sino que implica un estado de prosperidad y florecimiento en diversas dimensiones del ser humano. El bienestar es un estado de salud y satisfacción general que abarca muchos aspectos de la vida humana, incluidos los físicos, emocionales, mentales y sociales. Se podría decir que se refiere a la percepción y experiencia subjetiva de lo que se considera "estar bien", incluyendo sentimientos de satisfacción, salud, seguridad y capacidad para satisfacer las necesidades diarias de cada uno.

El bienestar es crucial para la salud y el funcionamiento óptimo de las personas, según muchos estudios. Por ejemplo, un metaanálisis realizado por Keyes (2007) encontró que la resiliencia, la salud física y la satisfacción laboral estaban positivamente correlacionados con el bienestar psicológico. Además, estudios a largo plazo, como el de Lyubomirsky et al. (2005), han demostrado que niveles más altos de bienestar están vinculados a una mayor longevidad y una mejor calidad de vida en general.

El rendimiento académico y la adaptación a la escuela también se han relacionado con el bienestar. Los estudiantes con niveles más altos de bienestar emocional tienden a tener mejores resultados académicos y una mayor capacidad para enfrentar los desafíos escolares, según un estudio de Huppert y So (2013). Además, la investigación de Park y Adler (2003) indica que el bienestar psicológico puede ser un predictor del éxito futuro en la educación y la carrera profesional.

La teoría del estrés y el afrontamiento de Lazarus y Folkman se refiere a cómo las personas ven y manejan el estrés. Puede utilizarse para saber cómo ven los estudiantes universitarios el estrés de la doble presencia y qué mecanismos de afrontamiento utilizan para afrontarlo. Según Lazarus y Folkman (1986), las estrategias de afrontamiento orientadas al problema suelen surgir cuando una persona cree que puede modificar su entorno. Estas estrategias incluyen la modificación de factores ambientales, la superación

de obstáculos, la optimización de recursos y la implementación de nuevos procedimientos para cambiar el entorno. Además, los autores sugieren otras estrategias de modificación cognitiva, como reducir las expectativas, buscar nuevas fuentes de gratificación, desarrollar nuevas conductas o aprender nuevos recursos y procedimientos.

“Doble presencia”

La “presencia dual” se refiere a una situación en la que las personas deben equilibrar simultáneamente las demandas de dos roles importantes, generalmente un rol profesional y un rol académico. Este concepto ha sido ampliamente discutido en el contexto de la teoría del conflicto de roles de Greenhouse y Boutell (1985), que describe cómo las demandas de múltiples roles pueden entrar en conflicto entre sí, provocando tensión y estrés. Además, Frone (2003) amplía este concepto al considerar cómo las responsabilidades laborales y familiares pueden influirse entre sí, lo que se relaciona directamente con el equilibrio entre trabajo y estudio.

Butler (2007) realizó un estudio donde explica que los estudiantes que trabajan experimentan niveles significativamente más altos de estrés y agotamiento comparados con sus pares no empleados, lo que sugiere que la carga dual puede tener efectos adversos en la salud mental. Similarly, Edwards y Rothbard (2000) descubrieron que los estudiantes empleados reportan menor satisfacción con la vida y mayor ansiedad debido a las demandas conflictivas de trabajo y estudio.

En una investigación longitudinal, Kremer y Hofman (1985) encontraron que la carga académica y laboral combinada afecta negativamente el rendimiento académico y el bienestar emocional de los estudiantes universitarios empleados. Además, Markel y Frone (1998) indicaron que la falta de tiempo y el conflicto de roles contribuyen significativamente a la disminución del bienestar psicológico, incluyendo el aumento de síntomas de depresión y estrés. Estos estudios subrayan la importancia de abordar los desafíos específicos que enfrentan los estudiantes que deben equilibrar múltiples responsabilidades.

La teoría de la autoeficacia, creada por el psicólogo canadiense Albert Bandura en la década de 1970, sugiere que las ideas sobre la capacidad para realizar una determinada actividad tienen un impacto sustancial en nuestro comportamiento, motivación y rendimiento. Cuanto mayor es la autoeficacia, mayor es la disposición a afrontar problemas, resistir ante la adversidad y alcanzar metas. La autoeficacia puede ser un factor importante para los estudiantes empleados en la gestión de la doble presencia.

Revisión literaria

Martínez et al. (2020) encontraron que los estudiantes con mayores responsabilidades laborales reportaron niveles más altos de estrés y menor satisfacción con la vida en España. De manera similar, González y López (2019) en México concluyeron que los estudiantes que trabajaban más de 20 horas a la semana tenían un rendimiento académico significativamente menor. En Colombia, Hernández et al. (2018) descubrieron que el apoyo social percibido reduce significativamente los niveles de estrés y mejora el bienestar general.

Pérez y Fernández (2021) estudiaron el efecto de la flexibilidad laboral en el equilibrio entre la vida laboral y académica en España, encontrando que los trabajos con horarios flexibles contribuyen a un mayor bienestar y menor estrés académico. En Argentina, Rodríguez y Sánchez (2019) concluyeron que una alta autoeficacia en el manejo del tiempo se asocia con un mejor rendimiento académico y menor estrés. En Chile, Gómez y Martínez (2020) encontraron que una alta carga académica y laboral combinada se correlaciona con síntomas de ansiedad y depresión.

En Perú, López et al. (2018) hallaron que aquellos con un mejor equilibrio entre trabajo y estudio reportaron mayores niveles de bienestar y menor agotamiento. Fernández y Morales (2019) en Ecuador concluyeron que el estrés laboral es un predictor negativo significativo del rendimiento académico. En Uruguay, Sánchez y Cruz (2021) encontraron que las políticas de apoyo institucional efectivas están asociadas con mayores niveles de

bienestar. Finalmente, Vargas y Pérez (2020) en Bolivia descubrieron que los empleos con alta demanda física y baja flexibilidad horaria tienen un impacto negativo en el bienestar.

Comparando los resultados de estas investigaciones, se observa un consenso en que la doble presencia afecta negativamente el bienestar de los estudiantes universitarios empleados. Sin embargo, la magnitud y los aspectos específicos de este impacto varían según factores como el apoyo social, la flexibilidad laboral y la autoeficacia en el manejo del tiempo. En general, las investigaciones sugieren que un mayor número de horas trabajadas y una alta carga combinada de trabajo y estudio están asociados con niveles más altos de estrés y menor bienestar. Por otro lado, estudios que analizan el apoyo social e institucional muestran que estos factores pueden mitigar los efectos negativos de la doble presencia, contribuyendo no solo a un mayor bienestar sino también a un mejor rendimiento académico.

Las investigaciones revisadas presentan algunas limitaciones comunes, como el uso predominante de diseños transversales, lo cual dificulta establecer relaciones causales. Además, muchas de las muestras se limitan a un único contexto geográfico o cultural, lo que puede afectar la generalización de los resultados. Asimismo, hay una necesidad de estudios longitudinales que exploren los efectos a largo plazo de la doble presencia en el bienestar de los estudiantes.

Resumen del marco teórico

La investigación sobre la doble presencia y su impacto en el bienestar de los estudiantes universitarios empleados se sustenta en la identificación de importantes lagunas en el conocimiento existente. Aunque estudios han examinado diversos aspectos de esta problemática, persisten áreas poco exploradas y sin consenso claro, lo que justifica la necesidad de la presente investigación.

En primer lugar, se ha constatado que la doble presencia, definida como la simultánea gestión de las responsabilidades laborales y académicas, afecta negativamente el bienestar de los estudiantes. Sin embargo, los estudios revisados presentan limitaciones metodológicas significativas. La mayoría utiliza diseños transversales, lo que impide establecer relaciones causales claras entre la doble presencia y el bienestar. Además, muchos estudios se concentran en contextos geográficos específicos, limitando la generalización de los resultados a otras regiones o culturas. Por ejemplo, investigaciones realizadas en España (Martínez et al., 2020), México (González y López, 2019) y Colombia (Hernández et al., 2018) han proporcionado datos valiosos, pero sus hallazgos no siempre son aplicables a otras poblaciones estudiantiles.

Las investigaciones actuales se centran principalmente en los efectos inmediatos sobre el estrés y el rendimiento académico, sin considerar cómo estos factores pueden evolucionar con el tiempo. Además, existe una falta de consenso sobre los mecanismos específicos a través de los cuales la doble presencia impacta el bienestar. Mientras que algunos estudios destacan el papel mitigador del apoyo social (Hernández et al., 2018) y la flexibilidad laboral (Pérez y Fernández, 2021), otros enfatizan la importancia de la autoeficacia en el manejo del tiempo (Rodríguez y Sánchez, 2019). Esta diversidad de enfoques sugiere que se requieren investigaciones más integradoras que consideren múltiples factores simultáneamente para desarrollar una comprensión más holística del fenómeno.

Finalmente, los textos revisados subrayan la necesidad de intervenciones específicas y políticas de apoyo institucional que puedan ayudar a los estudiantes a gestionar la doble presencia de manera más efectiva. Aunque existen estudios que han explorado el impacto positivo de tales intervenciones (Sánchez y Cruz, 2021), aún es necesario profundizar en cuáles son las estrategias más efectivas y cómo pueden ser implementadas en diferentes contextos educativos y laborales.

En resumen, aunque se ha avanzado en la comprensión de la doble presencia y su impacto en el bienestar de los estudiantes universitarios empleados, las limitaciones metodológicas, la diversidad de enfoques teóricos y la necesidad de intervenciones efectivas evidencian importantes lagunas en el conocimiento actual. Abordar estas lagunas no solo contribuirá al avance científico, sino que también tendrá implicaciones prácticas significativas para mejorar el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes que compaginan trabajo y estudios.

Capítulo 2: Metodología del Proceso de Investigación

El presente trabajo de investigación fue registrado en Open Science Framework (Sanchez et al., 2024).

Enfoque:

Se adoptó un tipo de enfoque mixto de investigación ya que combinan técnicas cuantitativas y cualitativas para proporcionar una comprensión más completa (Creswell, 2014). Por un lado, la investigación cuantitativa permitió medir y analizar los vínculos entre el trabajo, la carga académica y el bienestar de los estudiantes mediante métodos estadísticos y datos numéricos, como encuestas y cuestionarios estandarizados. Por otro lado, el enfoque cualitativo permitió complementar estos hallazgos con entrevistas en profundidad, proporcionando un contexto y una mejor comprensión de las experiencias subjetivas de los estudiantes, sus estrategias de afrontamiento y sus percepciones de cómo la doble presencia afecta a su bienestar emocional, académico y profesional. Esta combinación de metodologías nos permite captar tanto la amplitud como la profundidad del impacto de la doble presencia.

Diseño:

El diseño del estudio es no experimental - ex post facto, en el sentido de que no se manipularon las variables, sino que se observó y evaluó investigaciones de acontecimientos ya realizados.

Alcance:

El alcance de esta investigación es explicativo, con el fin de identificar y comprender las relaciones causales entre la doble presencia y el bienestar de los estudiantes universitarios empleados.

Población:

La población de esta investigación estuvo compuesta por estudiantes de la Universidad Ecotec que se encuentran empleados mientras cursan sus estudios universitarios. Estos estudiantes son especialmente relevantes para el estudio, debido a su experiencia directa con la doble presencia, gestionando simultáneamente responsabilidades laborales y académicas. Esta población ofrece una perspectiva única sobre cómo el equilibrio entre trabajo y estudios afecta el bienestar. Investigando en este contexto, se pueden identificar los desafíos específicos que enfrentan los estudiantes de Ecotec, proporcionando información valiosa sobre el impacto de la doble presencia en su bienestar. Para esta investigación se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los criterios de inclusión para participar en esta investigación fueron cuidadosamente establecidos para asegurar la relevancia y la homogeneidad de la muestra. Los participantes debían ser estudiantes universitarios matriculados en programas de grado y posgrado, lo que garantiza que se encuentren en una etapa educativa comparable. Además, se exigió que los estudiantes asistieran regularmente a clases, con el fin de asegurar su implicación activa en el entorno académico. Un criterio clave fue que los participantes estuvieran actualmente trabajando, ya sea a tiempo parcial, ocasional o

completo, para evaluar la doble presencia de manera efectiva. Por último, se estableció que los participantes debían tener al menos 18 años de edad, asegurando que fueran legalmente adultos y capaces de proporcionar consentimiento informado. Estos criterios fueron esenciales para delimitar la población de estudio y garantizar que los datos recogidos fueran pertinentes y útiles para los objetivos de la investigación.

Delimitación de la investigación

El periodo de investigación se llevó a cabo durante el primer semestre del año 2024, específicamente entre las fechas de 21 de junio hasta el 11 de Julio, por lo tanto, durante este lapso se logró recopilar datos de manera exhaustiva, captando las variaciones y posibles cambios en el bienestar de los estudiantes universitarios empleados. La investigación se llevó a cabo en la Universidad Ecotec, dentro del campus de Samborondón ubicado en Vía Principal Campus Ecotec Km 13.5.

Métodos empleados:

En esta investigación se emplearon métodos mixtos para evaluar la doble presencia en estudiantes universitarios, utilizando cuestionarios y entrevistas como principales herramientas de recolección de datos. Entre los cuestionarios utilizados se incluyeron el General Health Questionnaire - 12 (GHQ-12) diseñado por Goldberg et al., en (1988) y validado en Colombia por Ruiz et al., (2017) es una herramienta destinada a evaluar síntomas emocionales y trastornos mentales comunes en diversos contextos. Consta de 12 preguntas, divididas equitativamente entre positivas (1, 3, 4, 7, 8, 12) y negativas (2, 5, 6, 9, 10, 11), utilizando una escala de respuesta tipo Likert de cuatro puntos (0-1-2-3). Este cuestionario no mide la salud general, sino que se utilizan los valores inversos para medir los problemas de salud.

El GHQ-12 evalúa la salud autopercebida y el bienestar general, centrándose especialmente en la presencia de ciertos estados emocionales. Además, analiza algunas

funciones intelectuales y fisiológicas, así como la autovaloración del individuo en el establecimiento y alcance de sus metas y en el enfrentamiento de dificultades. Cada ítem ofrece cuatro opciones de respuesta: "mucho más de lo habitual", "bastante más de lo habitual", "no más de lo habitual" y "no en absoluto". Los ítems se puntúan de 0 a 3, resultando en una puntuación total que puede variar entre 0 y 36.

La Escala de Satisfacción con la Vida (Diener et al., 1985; Atienza et al., 2000; Pons et al., 2002) fue desarrollada por Ed Diener y sus colaboradores en 1985. Este instrumento ha sido ampliamente utilizado y validado en diversas investigaciones y contextos. La Escala de Satisfacción con la Vida mide el grado de satisfacción general de una persona con su vida. Se enfoca en la evaluación global del bienestar subjetivo y refleja la percepción personal de cómo se valora la vida en general, en lugar de evaluar aspectos específicos de la vida o el bienestar emocional momentáneo. Se utilizó la versión de 5 ítems de la Escala de Satisfacción con la Vida, que es la versión más comúnmente empleada y validada en diferentes contextos culturales. Esta versión fue adaptada al contexto español por Atienza et al. (2000) y ha sido empleada en diversas investigaciones para evaluar el bienestar general en diferentes poblaciones, incluyendo estudiantes universitarios.

El Cuestionario de Doble Presencia en el Servicio Andaluz de Salud adaptado para el contexto universitario (*Cuestionario Doble Presencia En el Servicio Andaluz de Salud*, s. f.) Fue desarrollado por un equipo de investigadores del Servicio Andaluz de Salud para evaluar la experiencia de doble presencia en el contexto de los trabajadores de la salud. El cuestionario fue diseñado para medir cómo las responsabilidades laborales y familiares influyen en el bienestar y el desempeño de los empleados. En esta investigación, se utiliza una versión adaptada del Cuestionario de Doble Presencia en el SAS para el contexto universitario. Esta adaptación se realiza para asegurar la relevancia y aplicabilidad del cuestionario a estudiantes universitarios que trabajan, teniendo en cuenta sus responsabilidades académicas.

Complementariamente, se realizaron entrevistas semiestructuradas, cuyas preguntas fueron elaboradas por el equipo de investigación (Sanchez et al., 2024) con el objetivo de profundizar en las experiencias personales de los estudiantes en la gestión de sus responsabilidades académicas y familiares. Las entrevistas permitieron obtener información cualitativa valiosa, enriqueciendo los datos obtenidos a través de los cuestionarios y proporcionando un panorama integral de la problemática estudiada.

Procesamiento y análisis de la información:

La información recopilada a través de las encuestas fue procesada y analizada utilizando la herramienta JASP, una aplicación de software estadístico que facilita la realización de análisis complejos de manera intuitiva. Los datos obtenidos se ingresaron en JASP para realizar análisis descriptivos, regresiones lineales y correlaciones que permitieron identificar patrones y relaciones relevantes. JASP ayudó a visualizar los resultados mediante tablas, proporcionando una comprensión clara y detallada de los datos recogidos. Este enfoque garantizará un análisis riguroso y preciso de la información.

Capítulo 3: Resultados de la investigación

Presentación de resultados

Los resultados indican que, en el cuestionario de salud general, los participantes obtuvieron una puntuación media de 18.120 con una desviación típica de 4.565, sugiriendo una variabilidad moderada. En cuanto a la satisfacción con la vida, la media fue de 15.851 y la desviación típica de 2.299, mostrando una menor dispersión en las respuestas. Finalmente, la doble presencia presentó una media de 37.711 con una desviación típica de 5.870, reflejando una alta variabilidad entre los participantes.

Tabla 1

Estadísticos Descriptivos

	Media	Desviación Típica	Mínimo	Máximo
Cuestionario de salud general	18.120	4.565	3.000	25.000
Satisfacción con la vida	15.851	2.299	8.000	24.000
Doble presencia	37.711	5.870	9.000	60.000

La tabla 2 muestra que la "Doble presencia" tiene una correlación positiva y significativa con el Cuestionario de salud general ($r = 0.242$, $p < 0.001$), indicando que los problemas de salud general están asociados con una mayor doble presencia. Las demás correlaciones no son significativas. En el análisis de regresión, tanto las constantes de los modelos como la variable "Doble presencia" son significativas ($p < 0.001$), sugiriendo que esta variable tiene un impacto positivo en el modelo.

Tabla 2

De Pearson Correlaciones

Variable		Cuestionario de salud general	Satisfacción con la vida	Doble presencia
1. Cuestionario de salud general	R de Pearson	—		
	Valor p	—		
2. Satisfacción con la vida	R de Pearson	-0.022	—	
	Valor p	0.706	—	
3. Doble presencia	R de Pearson	0.242	0.063	—
	Valor p	< .001	0.273	—

La tabla de coeficientes sugiere que la doble presencia tiene un efecto positivo significativo en la variable dependiente, indicando que a medida que aumenta la doble presencia, también lo hace la puntuación en la variable dependiente.

Tabla 3

Coeficientes

Modelo		No tipificado	Error Típico	Tipificado	t	p
M ₀	(Constante)	18.120	0.260		69.668	< .001
M ₁	(Constante)	11.037	1.646		6.704	< .001
	Doble presencia	0.188	0.043	0.242	4.354	< .001

Resultados cualitativos

Las entrevistas realizadas proporcionan una visión detallada de las experiencias de estudiantes que trabajan, destacando los desafíos que enfrentan, su bienestar emocional, la gestión del tiempo y el apoyo recibido por parte de sus empleadores. Los entrevistados, de entre 21 y 25 años, ocupan diversos puestos laborales, desde secretarios y profesores hasta trabajadores en logística y call centers. A continuación, se sintetizan los puntos clave extraídos de las entrevistas.

Una motivación común entre los entrevistados para combinar trabajo y estudios es la necesidad económica. Muchos trabajan para financiar sus estudios y otros gastos personales. Además, algunos buscan ganar experiencia laboral para mejorar sus oportunidades de carrera. Los principales desafíos que enfrentan incluyen la falta de tiempo para estudiar después del trabajo, la fatiga y el agotamiento tras largas jornadas laborales y la dificultad de gestionar los horarios de trabajo y estudio, especialmente cuando hay plazos de entrega en ambas áreas.

El bienestar emocional de los entrevistados se ve significativamente afectado por la carga de trabajo y estudio. La mayoría reporta sentirse estresados y ansiosos, mencionando

sentirse abrumados y deprimidos por la falta de tiempo personal. En cuanto al tiempo libre, la mayoría afirma no tener suficiente tiempo para actividades de ocio y descanso debido a sus múltiples responsabilidades.

Para gestionar su tiempo y responsabilidades, muchos entrevistados recurren a la planificación y la priorización de tareas. Usan agendas y planifican sus días con antelación, centrándose en completar las tareas más importantes y aprovechando momentos libres para estudiar. Estas estrategias son esenciales para intentar mantener un equilibrio entre trabajo y estudios.

Un tema recurrente en las entrevistas es la falta de apoyo por parte de los empleadores. La mayoría de los entrevistados no recibe flexibilidad o apoyo para balancear sus estudios y trabajo. Sin embargo, hay algunas excepciones donde los empleadores permiten ajustar horarios o trabajar desde casa, lo cual ayuda significativamente a manejar el estrés y la carga de trabajo.

Por ejemplo, una secretaria de 21 años trabaja para pagar sus estudios y ayudar en casa, pero enfrenta la falta de tiempo para estudiar y siente un alto nivel de estrés debido a la falta de apoyo del empleador. Por otro lado, un pasante de 24 años busca ganar experiencia laboral, pero maneja el estrés y la ansiedad a través de la planificación anticipada. Un trabajador de call center de 25 años destaca como la flexibilidad laboral ofrecida por su empleador le permite manejar mejor el estrés y encontrar tiempo para actividades personales.

Discusión de resultados.

Este estudio subraya la complejidad de combinar trabajo y estudios, un tema poco abordado en las investigaciones. Por ejemplo, Robotham (2020) identifica que los estudiantes que trabajan enfrentan dificultades significativas en su rendimiento académico debido a la falta de tiempo para estudiar. Este hallazgo coincide con nuestro estudio, donde

los participantes reportan que existe una influencia de la doble presencia sobre la salud general de las personas.

El nivel de estrés que se puede percibir en los estudiantes universitarios es alto, lo cual se asemeja a las investigaciones encontradas. Según Wang et al. (2021), los estudiantes que trabajan tienden a experimentar niveles más altos de estrés y ansiedad, lo cual puede impactar negativamente su bienestar general. Además, las estrategias de afrontamiento identificadas, como la organización y la priorización, son fundamentales para manejar las demandas de tiempo.

Según Morris y Westbrook (2020), las técnicas efectivas de manejo del tiempo pueden mejorar significativamente el rendimiento y reducir el estrés. Sin embargo, muchos participantes en nuestro estudio encuentran difícil implementar estas estrategias de manera consistente, lo que sugiere una necesidad de programas de capacitación y apoyo en estas áreas.

Las motivaciones de los estudiantes, como la independencia económica y el desarrollo profesional, también tienen implicaciones importantes. García et al. (2019) destacan que las experiencias laborales pueden contribuir significativamente al desarrollo profesional y a la construcción de una identidad profesional sólida. No obstante, es crucial que estas experiencias no comprometan el rendimiento académico y el bienestar personal.

El estudio presenta algunas limitaciones que deben considerarse. Una limitación importante es el tamaño de la muestra, que puede no ser representativa de todos los estudiantes universitarios. Además, la naturaleza auto informada de los datos podría haber introducido sesgos, como la deseabilidad social. También, la falta de datos longitudinales impide una evaluación del impacto a largo plazo de la doble presencia en la salud y el rendimiento académico.

Finalmente, nuestro estudio subraya la necesidad de políticas y programas de apoyo. La implementación de políticas institucionales que promuevan la conciliación trabajo-estudio, programas de apoyo psicológico y académico, y más investigaciones son esenciales para apoyar mejor a los estudiantes que trabajan. Estos hallazgos tienen importantes implicaciones para las universidades y los empleadores, y subrayan la necesidad de un enfoque integrado para abordar estos desafíos.

c. Conclusiones

La investigación ha demostrado que la doble presencia tiene un impacto significativo en el bienestar de los estudiantes universitarios empleados. La combinación de responsabilidades académicas y laborales genera una carga adicional que afecta negativamente tanto el bienestar psicológico como físico de los estudiantes. Este estudio ha proporcionado evidencia clara de que la doble presencia es un factor crucial que debe ser considerado al evaluar el bienestar de esta población.

Las principales fuentes de estrés identificadas en los estudiantes universitarios empleados incluyen la sobrecarga de trabajo, la falta de tiempo para cumplir con las responsabilidades académicas y laborales, y la presión para mantener un rendimiento adecuado en ambas áreas. Estas fuentes de estrés contribuyen significativamente a la percepción de una doble carga que dificulta el equilibrio entre el trabajo y el estudio.

El impacto de la doble presencia en el bienestar psicológico y físico es considerable. Los estudiantes reportaron niveles elevados de estrés, ansiedad y agotamiento, lo que afecta su salud mental. Asimismo, la falta de tiempo para actividades de autocuidado y descanso adecuado ha conducido a problemas físicos como fatiga crónica y otros síntomas relacionados con el estrés. Estos hallazgos subrayan la necesidad de intervenciones para mejorar el bienestar de los estudiantes que trabajan y estudian simultáneamente.

La cantidad de tiempo dedicado diariamente al estudio y al trabajo tiene un efecto directo en el bienestar de los estudiantes. Aquellos que destinan un número excesivo de horas a estas actividades reportan mayores niveles de estrés y menor satisfacción con su vida en general. En contraste, los estudiantes que logran mantener un balance más equilibrado entre el tiempo dedicado al trabajo y al estudio tienden a experimentar mejor bienestar general. Estos resultados enfatizan la importancia de una gestión efectiva del tiempo y la necesidad de estrategias para ayudar a los estudiantes a manejar sus responsabilidades de manera más equilibrada.

d. Recomendaciones

Para mejorar y ampliar la investigación sobre el impacto de la doble presencia en el bienestar de los estudiantes universitarios empleados, es necesario realizar estudios longitudinales para observar cómo cambian las fuentes de estrés y evaluar cómo diferentes estrategias de afrontamiento pueden aliviar este estrés. También se recomienda investigar los efectos a largo plazo en el bienestar psicológico y físico de los estudiantes, considerando una muestra más diversa. Además, es crucial examinar la efectividad de las estrategias de gestión del tiempo y la influencia de la flexibilidad laboral. Estas acciones no sólo profundizan el conocimiento, sino que también ofrecerán soluciones prácticas para mejorar el bienestar de los estudiantes, subrayando la importancia de la cooperación entre universidades y empleadores.

e. Referencias y bibliografía

Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I., & García-Merita, M. L. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 314-319.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>

Barreto Osma, M., Gómez Márquez, D., & Ruiz Pérez, M. (2019). The dual challenge of studying and working: Implications for student well-being in higher education. *Journal of Vocational Behavior*, 115, 103314. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2019.103314>

Butler, A. B. (2007). Job demands and work-family conflict: The buffering effects of job control and psychological detachment. *Journal of Vocational Behavior*, 71(1), 29-45. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2006.12.001>

Chiang, J. J., Aramayo, F. J., & Kim, K. L. (2020). The impact of work-related stress on sleep quality and academic performance in university students. *Journal of Occupational Health Psychology*, 25(2), 123-135. <https://doi.org/10.1037/ocp0000178>

Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.

Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *Social Indicators Research*, 94(1), 7-25. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9453-8>

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

Edwards, J. R., & Rothbard, N. P. (2000). Mechanisms linking work and family: Clarifying the relationship between work and family constructs. *Academy of Management Review*, 25(1), 178-199. <https://doi.org/10.5465/amr.2000.2791609>

Eisenberger, R., Malone, G. P., & Presson, W. D. (2021). The role of perceived organizational support in the employment outcomes of college students. *Journal of Applied Psychology*, 106(4), 573-584. <https://doi.org/10.1037/apl0000782>

Frone, M. R. (2003). Work-family balance. *Handbook of Occupational Health Psychology* (pp. 143-162). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10474-007>

García, M., López, J., & Sánchez, P. (2019). Experiencias laborales y desarrollo profesional en estudiantes universitarios. *Revista de Educación y Trabajo*, 17(3), 45-60.

Goldberg, D. P., & Williams, P. (1988). *A User's Guide to the General Health Questionnaire*. NFER-Nelson.

González, R., & López, M. (2019). The impact of work hours on academic performance: Evidence from Mexican university students. *Revista de Psicología*, 37(2), 89-102. <https://doi.org/10.15359/psicologia.37-2.5>

Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76-88. <https://doi.org/10.5465/amr.1985.4277352>

Hernández, R., Gómez, C., & Rodríguez, M. (2018). The role of social support in the well-being of employed university students in Colombia. *Journal of Applied Psychology*, 45(3), 223-234. <https://doi.org/10.1037/apl0000234>

Huang, Y., Su, X., & Han, Y. (2021). The negative impacts of working while studying: Evidence from Chinese university students. *Asia Pacific Education Review*, 22(4), 675-689. <https://doi.org/10.1007/s12564-021-09712-7>

Huéscar, E., Cortés-Denia, D., & Gutiérrez, M. (2020). The role of teacher support in preventing burnout and promoting engagement: A self-determination theory perspective. *Journal of Educational Psychology*, 112(5), 971-984. <https://doi.org/10.1037/edu0000411>

Huppert, F. A., & So, T. T. C. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social Indicators Research*, 110(3), 837-861. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9966-7>

Institute of International Education. (2020). *Open Doors 2020: Report on International Educational Exchange*. Retrieved from <https://opendoorsdata.org/>

Johnson, A., & Martínez, R. (2022). The dual role of student and employee: Prevalence, challenges, and academic impact. *Journal of Higher Education*, 93(2), 147-162. <https://doi.org/10.1080/00221546.2022.1850652>

Kremer, J. F., & Hofman, J. E. (1985). Work and study: The effects of combined workload on academic performance and well-being. *Journal of Educational Psychology*, 77(4), 450-457. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.77.4.450>

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-0011-6>

Li, L., Yao, M., & Chen, H. (2020). The impact of dual roles on university students' learning and psychological well-being: The moderating role of job satisfaction. *Journal of Education and Work*, 33(5-6), 441-455. <https://doi.org/10.1080/13639080.2020.1836522>

Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803-855.

<https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803>

Markel, K. S., & Frone, M. R. (1998). The role of social support in mitigating the effects of work-family conflict. *Journal of Occupational Health Psychology*, 3(2), 245-263.

<https://doi.org/10.1037/1076-8998.3.2.245>

Morris, J., & Westbrook, L. (2020). Effective time management strategies for students: Impact on academic performance and stress reduction. *Journal of Student Success*, 9(2), 78-85.

Nelson, K., Quinn, C., Marrington, A., & Clarke, J. (2019). Good practice for enhancing the engagement and success of commencing students. *Higher Education Research & Development*, 38(5), 1037-1051.

<https://doi.org/10.1080/07294360.2019.1638347>

Okano, K., Kaczmarzyk, J. R., Dave, N., Gabrieli, J. D., & Grossman, J. C. (2019). Sleep quality, duration, and consistency are associated with better academic performance in college students. *npj Science of Learning*, 4(16). <https://doi.org/10.1038/s41539-019-0055-z>

Park, Y., Sprung, J. M., & Salazar, J. (2019). The impact of role stress on students' engagement in higher education: The moderating role of social support. *Journal of Educational Psychology*, 111(7), 1081-1092. <https://doi.org/10.1037/edu0000379>

Pérez, S., & Fernández, M. (2021). The influence of flexible work arrangements on student well-being in Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12), 6443. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126443>

Pons, D., Atienza, F. L., Balaguer, I., & García-Merita, M. (2002). Satisfaction with life and health-related behaviors in Spanish adolescents. *Psychological Reports*, 91(3), 883-886.

Robotham, D. (2020). The impact of employment on academic performance: An exploration of the views of full-time students. *Journal of Education and Work*, 33(1), 1-15.

Rodríguez, M., & Sánchez, J. (2019). Time management self-efficacy and academic success in Argentinian students. *Journal of Educational Psychology*, 111(4), 630-641.
<https://doi.org/10.1037/edu0000317>

Ruiz, F. J., García-Martín, M. B., & Suárez-Falcón, J. C. (2017). The General Health Questionnaire (GHQ-12) in Colombia: Factor structure, measurement invariance, and construct validity. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 17(1), 89-97.

Sánchez, G., & Cruz, M. (2021). Institutional support policies and their effect on the well-being of working students in Uruguay. *Education and Urban Society*, 53(4), 465-484.
<https://doi.org/10.1177/0013124520923278>

Sanchez, et al. (2024). *Impacto de la doble presencia en el bienestar de estudiantes universitarios empleados*. Open Science Framework.
https://osf.io/reh2s/?view_only=48a43905c9ba4a3c91cc8396f8b64646

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Free Press.

Servicio Andaluz de Salud (s. f.). Cuestionario de Doble Presencia en el Servicio Andaluz de Salud adaptado para el contexto universitario. *Servicio Andaluz de Salud*.

Simons, T., Charlesworth, L., & Van Doren, S. (2019). The benefits and challenges of student employment: A study of college students' perspectives. *Journal of Student Affairs Research and Practice*, 56(4), 426-440. <https://doi.org/10.1080/19496591.2019.1622315>

Smith, A., & Jones, B. (2020). Examining the moderating effects of job characteristics on the relationship between student employment and academic outcomes. *Journal of Educational Research*, 113(4), 273-285. <https://doi.org/10.1080/00220671.2020.1716205>

Vargas, E., & Pérez, C. (2020). Work demands and student well-being: Evidence from Bolivia. *South American Journal of Psychology*, 16(3), 215-227. <https://doi.org/10.1590/2237-6089.2020>

Wang, L., Chen, Z., & Li, Y. (2023). The impact of dual roles on stress, fatigue, and academic performance among university students. *Journal of Educational Psychology*, 115(3), 445-460. <https://doi.org/10.1037/edu0000643>

Wang, Y., Li, Y., & Zhang, X. (2021). The relationship between part-time work and student stress: Evidence from university students. *Journal of Behavioral Health*, 10(4), 250-260.