

Factores de salud mental positiva en estudiantes de psicología universidad veracruzana

*Factors of positive mental health in psychology students in Veracruz
university*

María Esther Barradas Alarcón

Universidad Veracruzana

ebarradas@uv.mx

Josué Martin Sánchez Barradas

Universidad Veracruzana

josue7sb@hotmail.com

María Lourdes Guzmán Ibañez

Universidad Veracruzana

oguzman@uv.mx

Jorge Arturo Balderrama Trapaga

Universidad Veracruzana

jbalderrama@uv.mx

Resumen

Este trabajo está centrado en el eje temático de Salud Mental Positiva, basado en los aportes de Johada. Su **Objetivo:** fue medir la salud mental positiva del estudiante de psicología de nuevo ingreso. El **Método:** fue descriptivo, con una metodología cuantitativa. Se aplicó: la escala de Salud de Mental Positiva de María Teresa Lluch Canut. El análisis de datos se llevó a cabo a través del programa estadístico para las ciencias sociales (SPSS- Statistical Package for the Social Sciences para Windows, en la versión 17.0.). **Sujetos.-** : Fueron 158 Estudiantes de nuevo ingreso de la Facultad de Psicología, Universidad Veracruzana, región Veracruz generaciones 2007 y 2008. **Resultados:** Comparando la generación 2007-2008, considerando la distribución del 100% para cada una de las generaciones, se obtuvo **con** Salud Mental Positiva Global en la generación 2007 el 88.7%(n=63) y en la generación 2008, el 97.7% (n=84), y **sin**

salud mental en el 2007 se obtuvo el 11.3%(n=8) y 2.3%(n=2) en el 2008, las diferencias fueron significativas, χ^2 ($p > 0.05$).

Conclusion: La salud mental Positiva nos habla de una serie de factores que enfatizan las habilidades y potencialidades que el ser humano tiene que desarrollar para enfrentar con éxito su vida diaria, estas son; Satisfacción Personal, Actitud Prosocial, Autocontrol, Autonomía, Resolución de Problemas Habilidades en relaciones Interpersonales. Y aquí observamos que un porcentaje menor de estudiantes requerirá desarrollar la salud mental positiva para tener éxito tanto en su vida personal como su profesional. El reto Institucional es ayudar a los menos ventajosos en salud mental y hacer que quienes cuentan con salud mental la mantengan.

Palabras clave: Salud mental positiva.

Abstract

This work focuses on the thematic of Positive Mental Health, based on input from Johada. Your Objective: was to measure positive mental health psychology student entrants. The Method was descriptive, quantitative methodology. Was applied: the scale of Positive Mental Health Maria Teresa Lluch Canut. Data analysis was performed through the Statistical Package for Social Sciences (SPSS-Statistical Package for the Social Sciences for Windows, in version 17.0.). Subjects. -: There were 158 newly admitted students of the Faculty of Psychology, Universidad Veracruzana, Veracruz region generations 2007 and 2008. Results: Comparing the 2007-2008 generation, considering the distribution of 100% for each of the generations, was obtained Positive Mental Health in the generation Global 2007 88.7% (n = 63) and the generation 2008, 97.7% (n = 84) and without mental health in 2007 was obtained 11.3% (n = 8) and 2.3% (n = 2) in 2008, the differences were significant, χ^2 ($p > .05$).

Key words: Positive mental health.

Fecha recepción: Agosto 2010

Fecha aceptación: Octubre 2010

Introducción

Modelo de Salud mental Positiva de Marie Jahoda.

Desde el enfoque de Marie Jahoda la salud mental se concibe como una característica relativamente estable y permanente de la persona. Hace énfasis en la relatividad cultural y señala que los estándares de comportamiento normal varían con el tiempo, el lugar, la cultura y las expectativas del grupo social. Articula su concepción de la salud mental positiva desde una perspectiva de múltiples criterios proponiendo seis factores interrelacionados que operan en ella :

1.-Actitudes hacia sí mismo.- este criterio se refiere a la autoaceptación, la autoconfianza y/o autodependencia, la autoaceptación incluye aceptar las cualidades y defectos, es decir aprender a vivir consigo misma. Las actitudes hacia sí mismo tienen cuatro dimensiones: a.- Accesibilidad del yo a la conciencia, b.- Concordancia yo real-yo ideal, c.- Autoestima y d.-Sentido de identidad.

2. Crecimiento y autoactualización, también denominada autorrealización o crecimiento personal, está relacionado con lo que la persona hace con su vida. La autoactualización, puede ser entendida en dos sentidos: a) como un principio general de vida, es decir, como la fuerza motriz que moviliza la actividad de todos los organismos; b) como un criterio de salud mental positiva que tiene dos dimensiones: la motivación por la vida y la implicación en la vida. La autoactualización *como motivación por la vida.*

3. Integración.- se refiere a interrelación de todos los procesos y atributos de la persona. Equilibrio psíquico, Filosofía personal sobre la vida y Resistencia al estrés.

4. Autonomía.- Implica la relación de la persona con su entorno y el grado de dependencia/independencia frente a las influencias sociales. La persona psicológicamente sana tiene una cierta autonomía y no depende fundamentalmente del mundo y de los demás. Lo que conlleva un proceso de toma de decisiones. En este

sentido, la autonomía significa una discriminación consciente, por parte de la persona, de los factores ambientales que desea aceptar o rechazar.

5. Percepción de la realidad. Es la capacidad para percibir adecuadamente la realidad. La percepción del ambiente no puede ser totalmente objetiva, pero sí lo bastante aproximada para permitir interacciones eficientes entre la persona y su medio ambiente.. Existen dos dimensiones de la percepción de la realidad: Percepción objetiva y Empatía o sensibilidad social.

6. Dominio del entorno. Es la capacidad para manejarse en la realidad. Este criterio está vinculado a dos temas fundamentales: el éxito (que enfatiza el logro o resultado) y la adaptación (que enfatiza el proceso). Dentro de este criterio Jahoda distingue seis dimensiones íntimamente relacionadas: a.-Satisfacción sexual, b.-Adecuación en el amor, el trabajo y el tiempo libre, c.-Adecuación en las relaciones interpersonales, d.- Habilidad para satisfacer las demandas del entorno, e.-Adaptación y Ajuste y e.-Resolución de problemas.

Este enfoque de salud mental de **Marie Jahoda** sirvió de inspiración para que la Dra. María Teresa Llunch Canut (1998) elabora de una manera creativa y eficaz un instrumento que mide la salud mental positiva y que cuenta con el rigor científico de confiabilidad y validez, dicho instrumento se ha utilizado en esta investigación. Los factores que mide este instrumento son los siguientes:

Factor 1“Satisfacción personal”, Autoconcepto, Satisfacción con la vida personal, Satisfacción con las perspectivas de futuro.

Factor 2 “Actitud prosocial” Predisposición activa hacia lo social / hacia la sociedad, Actitud social “altruista”/Actitud de Ayuda-apoyo hacia los demás, Aceptación de los demás y de los hechos sociales diferenciales.

Factor 3 “Autocontrol”.- Capacidad para el afrontamiento del estrés/de situaciones conflictivas Equilibrio emocional/control emocional, Tolerancia a la ansiedad y al estrés. .

Factor 4 “Autonomía”.- Capacidad para tener criterios propios, Independencia, Autorregulación de la propia conducta, Seguridad personal / Confianza en si mismo.

Factor 5 “Resolución de problemas y autoactualización”.- Capacidad de análisis, Habilidad para tomar decisiones, Flexibilidad /capacidad para adaptarse a los cambios, Actitud de crecimiento y desarrollo personal continuo.

Factor 6 “Habilidades de relación interpersonal”.- Habilidad para establecer relaciones interpersonales, Empatía / capacidad para entender los sentimientos de los demás, Habilidad para dar apoyo emocional, Habilidad para establecer relaciones interpersonales íntimas.

Método.-

Es una investigación No Experimental. Cuyo diseño es Transeccional de tipo Descriptivo La orientación metodológica es cuantitativa, la cual tiene como objetivo determinar que indicadores son los más sobresalientes en la salud mental positiva del estudiante de nuevo ingreso, así como determinar estos con la elección de la carrera de Psicología.

Nivel de la Investigación y Tipo de estudio.- Descriptiva. Este tipo de investigación pretende establecer las características, los niveles de asociación, las formas de manifestación o los índices de ocurrencia del problema de investigación, tal es el caso de los estudios: diagnósticos, exploratorios, correlacionales, entre otros. En este caso se evalúa la salud mental positiva del estudiante de Psicología..

Población El estudio se realizó con estudiantes de dos generaciones: En la generación 2007 con un total de n= 72 alumnos, de los cuales n=19 (26.38%) son hombres y n=53 (73.61%) mujeres. Y los estudiantes de la generación 2008, de un total de n= 86, de los cuales n=36(41.8%) son hombres y n=50(58.13%) son mujeres. La población total estudiada fue de N=158 (100%). No se utilizó ningún muestreo; se trabajó con el total de población

conformada por todos los alumnos de nuevo ingreso seleccionados por el EXANII.

(Instrumento oficial con el que la U.V. se apoya para la selección de los estudiantes en

todas las carreras que ofrece), generación 2008 y generación 2009.

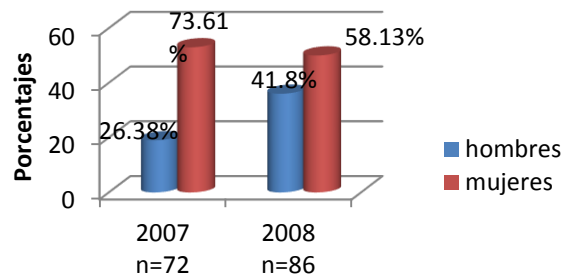


figura 1 Ambas Generaciones N=158

Instrumentos

Escala de Salud Mental positiva fue sometida rigurosamente a una metodología que asegurara confiabilidad y validez. Lo que propició que antes de este cuestionario se elaboraran 2, sobre los cuales se perfeccionó el que utilizamos en esta investigación.: Consta de 39 ítems. La distribución de estos 39 ítems se encuentra entre los 6 factores que son los siguiente: Factor 1 “Satisfacción personal”: 8 ítems, Factor 2 “Actitud prosocial”: 5 ítems, Factor 3 “Autocontrol”: 5 ítems, Factor 4 “Autonomía”: 5 ítems, Factor 5 “Resolución de problemas y autoactualización”: 9 ítems, Factor 6 “Habilidades de relación interpersonal”: 7 ítems.

Instrumentos utilizados para la validez de criterio: .Se ha considerado el Cuestionario de Salud General (GHQ-12) de Goldberg (1972). Como complemento, también se han analizado las preguntas relativas a: Estado de salud física,. Estado de salud mental,. Visitas al médico, Visitas al psicólogo

Análisis de datos: Para el análisis psicométrico del cuestionario se han aprovechado los datos del segundo estudio y se han realizado los siguientes análisis:

- a) **Análisis de ítems** mediante el índice de homogeneidad (correlación ítem- factor).
- b) **Análisis de fiabilidad mediante:** - Coeficiente alfa propuesto por Cronbach (1951), para medir la consistencia interna. - Correlación test-retest, para medir la estabilidad

temporal.

c) Análisis de Validez.: Validez de contenido: se han consultado los jueces expertos que han colaborado en los estudios anteriores, Validez de criterio: mediante correlaciones con Cuestionario de Salud General (GHQ-12) de Goldberg y con variables relativas a la salud física y mental. **Validez de constructo:** se ha realizado un análisis factorial exploratorio, según el método de Componentes Principales, aplicando una rotación oblimin. Se analizan, también, las correlaciones entre factores. Los diversos análisis se han realizado mediante el programa estadístico SPSS (Norusis, 1998), versión 8.0.

Resultados

De los resultados de los alumnos de nuevo ingreso generación 2007-2008, con Escala de Salud Mental considerando la distribución general se obtuvo con Satisfacción personal en 2007 el 94.4%(n=68) y en el 2008 98.6% (n=85) , en cuanto sin Satisfacción personal en el 2007 se obtuvo el 5.6%(n=4) y 1.2%(n=1) en el 2008, las diferencias fueron no significativas, χ^2 ($p > 0.05$), Tabla 12 ,

Tabla 12.

Frecuencia (%) de Satisfacción Personal y sexo, con Escala de Salud Mental, en alumnos del nuevo ingreso, Generación 2007-2008

N=158

Satisfacción	2007		2008		χ^2
	n (n=72)	%	n (n=86)	%	
8-16 (Con)	68	94.4	85	98.6	1.242
17-32 (Sin)	4	5.6	1	1.2	

P =0.116 continuidad χ^2 ($p > 0.05$) No significativa

Evenson y Vieweg (1998) consideran que la satisfacción consigo mismo (englobando aspectos de autoconcepto y autoestima) y el significado de vida percibido son buenos predictores de la

satisfacción global. Asimismo, para Seva, Magallón, Merino y Sarasola (1990) y Shek (1998) la satisfacción es una dimensión de la salud mental positiva. De los resultados de los alumnos de nuevo ingreso generación 2007-2008, con Escala de Salud Mental considerando la distribución general se obtuvo con Actitud prosocial en 2007 el 93%(n=67) y en el 2008 96.5% (n=83) en cuanto sin Actitud prosocial en el 2007 se obtuvo el 7%(n=5) y 3.5%(n=3) en el 2008, las diferencias fueron no significativas, χ^2 ($p > 0.05$), Tabla 17.

Tabla 17.

El factor Actitud Prosocial.- se define como la predisposición activa hacia lo social, hacia la sociedad, es la actitud social “altruista”, la actitud de ayuda, de apoyo hacia los demás, de

Frecuencia (%) de Actitud Prosocial y sexo, con Escala de Salud Mental, en alumnos del nuevo ingreso, Generación 2007-2008. N=158

Actitud	2007		2008		χ^2
	n (n=72)	%	n (n=86)	%	
Con	67	93	83	96.5	0.388
Sin	5	7	3	3.5	

χ^2 = Continuidad $p = 0.534$ χ^2 ($p > 0.05$) No significativa

aceptación de los demás y de los hechos sociales diferenciales. (Lluch 2002 pp.243). La actitud prosocial es una condición necesaria para mantener relaciones interpersonales satisfactorias y un prerequisite de las habilidades sociales. De los resultados de los alumnos de nuevo ingreso generación 2007-2008, con Escala de Salud Mental considerando la distribución general se obtuvo con Autocontrol en 2007 el 54.1%%(n=39) y en el 2008 el 45.9% (n=33) en cuanto sin autocontrol en el 2007 se obtuvo el 64%%(n=55) y 36%(n=31) en el 2008, las diferencias fueron significativas, χ^2 ($p > 0.05$), Tabla 22.

Tabla 22

Frecuencia (%) de Autocontrol y sexo, con Escala de Salud Mental, en alumnos del nuevo ingreso, Generación 2007-2008. N=158

Este factor se define como la capacidad para el afrontamiento del estrés en de situaciones conflictivas, el Equilibrio emocional y control emocional (Lluch 2002 pp.244). El Autocontrol es un

	2007		2008		X ²
Autocontrol	n (n=72) %	n (n=86) %	n (n=86) %	n (n=86) %	
Con	39	54.1	55	64	1.558
Sin	33	45.9	31	36	

X² (p> 0.05), Tabla 22.

factor que procede del criterio “Integración” del modelo original de Jahoda (1958).

Es una dimensión fundamental para mantener el equilibrio emocional, un antídoto

contra el estrés y un requisito básico para el funcionamiento adaptativo de la persona. De los resultados de los alumnos de nuevo ingreso generación 2007-2008, con Escala de Salud Mental considerando la distribución general se obtuvo con Autonomía en 2007 el 80.9%(n=59) y en el 2008 57%(n=49) en cuanto sin Autonomía en el 2007 se obtuvo el 19.1%(n=13) y 43%(n=37) en el 2008, las diferencias fueron significativas, X² (p> 0.05), Tabla 27 .

Tabla 27.

Frecuencia (%) de Autonomía y sexo, con Escala de Salud Mental, en alumnos del nuevo ingreso, Generación 2007-2008. N=158

	2007		2008		X ²
Autonomía	n (n=72) %	n (n=86)%	n (n=86)%	n (n=86)%	

El factor de Autonomía se refiere a la capacidad para tener criterios propios, Independencia, Autorregulación de la propia conducta, Seguridad personal y Confianza en sí mismo (Lluch, 245).

Costa (1994) considera la autonomía como una característica de la salud mental ligada a la libertad personal.

Con	59	80.9	49	57	11.294
------------	----	------	----	----	--------

Sin	13	19.1	37	43	
------------	----	------	----	----	--

P = 0.001 χ^2 (p> 0.05) Significativa

De los resultados de los alumnos de nuevo ingreso generación 2007-2008, con Escala de Salud Mental considerando la distribución general se obtuvo con Resolución de problemas en 2007 el 80.5%(n=58) y en el 2008, 94.2% (n=81) en cuanto sin Resolución de problemas en el 2007 se obtuvo el 19.5%(n=14) y 5.8%(n=5) en el 2008, las diferencias fueron significativas, χ^2 (p> 0.05), Tabla 32. **Tabla 32**

Tanto el procedimiento como el resultado en la solución de los problemas está incluida en este indicador dimensión. Una manera de comprender la resolución de problemas es poniendo el énfasis en el

Frecuencia (%) de Resolución de Problemas y sexo, con Escala de Salud Mental, en alumnos del nuevo ingreso, Generación 2007-2008. N=158

	Resolución de 2007		2008		
Problemas	n (n=72)%		n (n=86)%		χ^2
Con	58	80.5	81	94.2	6.882
Sin	14	19.5	5	5.8	

P = 0.009 χ^2 (p> 0.05) Significativa

producto final; la respuesta correcta. El éxito es un criterio de salud mental positiva, si se aplica este criterio a los problemas reales. El experto en solucionar los problemas mezcla las tres capacidades:

- 1.-La tendencia a superar todas las etapas,
- 2.-El mantenimiento de un tono emocional apropiado,
- 3.-El ataque directo sobre el problema. De los resultados de los alumnos de nuevo ingreso generación 2007-2008, con Escala de Salud Mental considerando la

distribución general se obtuvo con las Habilidades en relaciones interpersonales en 2007 el 94.4%(n=68) y en el 2008 93% (n=80) en cuanto sin Habilidades en relaciones interpersonales en el 2007 se obtuvo el 5.6%(n=4) y 7% (n=6) en el 2008, las diferencias fueron no significativas, χ^2 ($p > 0.05$), Tabla 37

Habilidades en Relaciones

Interpersonales.- Incluye la capacidad para interactuar con los demás, manteniendo relaciones interpersonales satisfactorias y afectivas. La competencia en las relaciones interpersonales se presenta en la manera en que los miembros

Frecuencia (%) de Habilidades en relaciones Interpersonales y sexo, con Escala de Salud Mental, en alumnos del nuevo ingreso, Generación 2007-2008. N=158

	2007		2008		χ^2
	n (n=72)	%	n (n=86)	%	
Con	68	94.4	80	93	0.001
Sin	4	5.6	6	7	

P = 0.715 χ^2 ($p > 0.05$) No Significativa.

de un grupo relevante, por ejemplo la familia, son aptos de convivir para conseguir fines comunes y, a la vez, mantener su desarrollo y autoexpresión individual. De los resultados de los alumnos de nuevo ingreso generación 2007-2008, con Escala de Salud Mental considerando la distribución general se obtuvo con Salud Mental Global en 2007 el 88.7%(n=63) y en el 2008, 97.7% (n=84) en cuanto sin en el 2007 se obtuvo el 11.3%(n=8) y 2.3%(n=2) en el 2008, las diferencias fueron significativas, χ^2 ($p > 0.05$), Tabla 42 ,

Tabla 42.

Frecuencia (%) de Salud Mental Global y sexo, con Escala de Salud Mental, en alumnos del nuevo ingreso, Generación 2007-2008 N=158

Marie Jahoda (salud mental positiva) son las actitudes relativas a uno mismo, incluso a la accesibilidad de su conciencia, un correcto auto concepto, una auto aceptación en el sentido de la identidad. Algunos aspectos de la salud mental, son: bienestar emocional, competencia,

Salud Mental		2007		2008		X ²
Global	n (n=72)	%	n (n=86)	%		
Con	63	88.7	84	97.7	3.823	
Sin	8	11.3	2	2.3		

X² (p> 0.05), no significativa

autonomía, aspiración, autoestima, funcionamiento integrado, adecuada percepción de la realidad, entre otros. (Álvaro, 2002).

Conclusión

La salud mental como proceso complejo y multifactorial que se construye y procesa en el campo de las relaciones interpersonales se ve profundamente afectada, en cuanto a su desarrollo y consolidación, por el grado de solidez y consistencia de los valores que mediatizan el encuentro y la convivencia entre las personas. Si bien es cierto que en las dos generaciones el porcentaje más alto lo obtuvo la presencia de salud mental; Comparando la generación 2007-2008, considerando la distribución general se obtuvo con Salud Mental Global en 2007 el 88.7%(n=63) y en el 2008 97.7% (n=84), en cuanto sin en el 2007 se obtuvo el 11.3%(n=8) y 2.3%(n=2) en el 2008, las diferencias fueron significativas, X² (p> 0.05),

Tabla 42 .

ESCALA	2007		2008	
	Con	Sin	Con	Sin
Salud Mental Global	88.7%(n=63)	11.3%(n=8)	97.7% (n=84)	2.3%(n=2)

Esto nos indica que las Instituciones Educativas en general, particularmente la de este estudio (Faculta de Psicología de la Universidad Veracruzana), tienen, un gran reto a superar en la formación profesional de sus estudiantes, el cual no sólo es mantener la

salud mental y los valores con los que llega el estudiante, sino además fomentar los que son propios de la disciplina y que la sociedad demanda.

Bibliografía

Barradas Alarcón M.E. (2009) Elección de la carrera en Psicología y Salud Mental en estudiantes Universitarios. Tesis de Doctorado no publicada, Escuela Libre de ciencias Políticas y Administración Pública de Oriente, Xalapa, Ver. México.

Jahoda, M. (1967). El prejuicio racial y la salud mental. Buenos Aires: Humanitas.

LLuch Canut, M.T. (1999). Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva. Barcelona: Universidad de Barcelona.