

Salud mental y rendimiento académico: un análisis desde el bienestar psicológico y la gestión educativa

Mental health and academic performance: an analysis from the perspective of psychological well-being and educational management

Recibido: 18/07/2025 - Aceptado: 20/11/2025

Evelyn Rosmery Brolrzovich Zuloeta

<https://orcid.org/0000-0002-0378-5777>

ebrolrzovich@usil.edu.pe

Universidad San Ignacio de Loyola. Lima, Perú

Resumen

El presente estudio examina la relación entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico en estudiantes de educación técnica de un instituto superior peruano. Para ello, se empleó un diseño no experimental, correlacional y de corte transversal, con una muestra de 111 estudiantes pertenecientes a tres carreras técnicas. Se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, compuesta por 39 ítems, mientras que el rendimiento académico se midió a través del promedio ponderado institucional. Los resultados revelaron una correlación positiva y significativa entre el bienestar psicológico total y el rendimiento académico ($p = .32$, $p < .01$). Entre las dimensiones del bienestar, destacaron asociaciones especialmente relevantes en propósito en la vida, autoaceptación, dominio del entorno y relaciones positivas. Estos hallazgos sugieren que el bienestar psicológico es un componente formativo clave dentro del ámbito de la educación técnica. Asimismo, se propone que su fortalecimiento puede alcanzarse mediante la implementación de estrategias institucionales de acompañamiento socioemocional, así como una gestión educativa que promueva el desarrollo integral del estudiante.

Palabras clave: bienestar psicológico, educación técnica, gestión educativa, rendimiento académico, salud mental.

Abstract

This study examines the relationship between psychological well-being and academic performance in technical education students at a Peruvian higher education institute. A non-experimental, correlational, cross-sectional design was used with a sample of 111 students from three technical programs. The Ryff Psychological Well-being Scale, composed of 39 items, was used, while academic performance was measured using the institutional grade point average. The results revealed a positive and significant correlation between overall psychological well-being and academic performance ($p = .32$, $p < .01$). Among the dimensions of well-being, particularly relevant associations stood out in purpose in life, self-acceptance, environmental mastery, and positive relationships. These findings suggest that psychological well-being is a key formative component within the field of technical education. Furthermore, it is proposed that its strengthening can be achieved through the implementation of institutional strategies for socio-emotional support, as well as educational management that promotes the student's holistic development.

Keywords: psychological well-being, technical education, educational management, academic performance, mental health.

Introducción

En los últimos años, el bienestar psicológico ha adquirido una presencia decisiva en el debate educativo, especialmente en ámbitos como la educación técnica, donde las exigencias formativas no solo se orientan a la adquisición de contenidos especializados, sino también al desarrollo integral del estudiante. En este tipo de formación, el rendimiento académico no puede explicarse únicamente desde las habilidades cognitivas o la capacidad para asimilar procedimientos técnicos; detrás del desempeño se encuentran factores emocionales, motivacionales y contextuales que moldean, de manera profunda, las experiencias de aprendizaje.

Esta necesidad de comprender al estudiante como un sujeto integral se vuelve especialmente relevante en la educación técnica peruana, un sistema que vive procesos de transformación y que, como señala la literatura

contemporánea, enfrenta el desafío de integrar la dimensión humana del aprendizaje en programas históricamente orientados a lo instrumental. En este marco, estudiar la relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico constituye una pieza clave para fortalecer los procesos formativos y las estrategias de gestión educativa que acompañan la trayectoria del estudiante técnico.

Dentro de este escenario, dos conceptos estructuran el análisis: el bienestar psicológico y el rendimiento académico. La investigación se apoya en los modelos de bienestar propuestos por Ryff y Seligman, que lo vinculan con indicadores de salud mental y de felicidad, entendidos como componentes esenciales del funcionamiento humano. A partir de estos referentes, el bienestar psicológico se examina como un constructo multidimensional relacionado con la percepción de satisfacción vital, el equilibrio emocional y el desarrollo personal. Por otro lado, el rendimiento académico se evalúa mediante las calificaciones obtenidas en asignaturas del área de formación técnica y profesional. El estudio también incorpora la gestión educativa como un elemento que modula estas relaciones, resaltando aspectos como el clima social del aula, el clima institucional y la orientación del aprendizaje.

En esa línea, se busca comprender cómo estos factores, al interactuar, pueden favorecer o limitar la experiencia educativa. Como explica Barragán (2023), se examina simultáneamente la configuración de la salud mental y el rendimiento académico a partir de los datos del instrumento de salud mental de Goldberg y del promedio general de las calificaciones, para después analizar la influencia de elementos propios de la gestión educativa y comparar las medidas de bienestar psicológico a lo largo de los distintos ciclos de formación técnica.

Los hallazgos internacionales sobre bienestar educativo respaldan esta perspectiva. Cuando el bienestar psicológico se mide a través de las dimensiones propuestas por Ryff y Seligman, resulta evidente que la salud mental de los estudiantes se encuentra estrechamente vinculada con variables como la felicidad, la satisfacción con la vida en general, la satisfacción personal y la satisfacción académica y profesional.

En cuanto al rendimiento académico, este se observa desde las calificaciones en cursos técnicos y profesionales, pero también se interpreta en función de la percepción del clima social del aula y del centro educativo, así como de la orientación hacia el aprendizaje, de acuerdo con los modelos desarrollados por Cohen y McIlrath, y por de Ruyter y Pannett. Así lo subrayan los trabajos de Navarro-Obeid et al. (2024), quienes destacan que los factores institucionales y pedagógicos influyen de manera significativa tanto en el bienestar emocional como en los resultados académicos.

La literatura especializada también sugiere que el bienestar psicológico puede comprenderse como un patrón dinámico del funcionamiento humano, cuyo análisis permite identificar el equilibrio entre los aspectos positivos y negativos de la vida, así como la presencia o ausencia de trastornos psicológicos. Desde esta aproximación, se han identificado dos componentes fundamentales del bienestar: uno asociado con la presencia de síntomas de depresión y ansiedad, que se vincula con un deterioro del funcionamiento mental; y otro relacionado con la satisfacción, el optimismo y el bienestar subjetivo, que refleja una mayor salud mental.

Ambos componentes adquieren especial relevancia dentro del ámbito educativo, donde la depresión y la ansiedad son riesgos psicológicos que pueden limitar de manera directa el desarrollo de competencias y habilidades de aprendizaje, afectando la concentración, la motivación y la interacción social. Casiano et al. (2024) destacan que, ante este panorama, el bienestar psicológico opera como un factor protector que favorece el rendimiento académico, ofreciendo condiciones emocionales más estables para enfrentar las exigencias del estudio técnico.

Pese a su importancia, la promoción del bienestar psicológico dentro de entornos educativos técnicos aún es un campo poco explorado, especialmente en el Perú. Los institutos de educación técnica, por la naturaleza práctica de sus programas y la necesidad de vinculación temprana con el sector productivo, incorporan exigencias particulares que colocan la salud mental del estudiante como un aspecto decisivo. En este nivel educativo, las condiciones psicológicas no solo influyen en la calidad del aprendizaje, sino que también pueden tener repercusiones en el acceso al empleo.

De hecho, en algunas especialidades técnicas, los resultados de antecedentes o evaluaciones psicológicas forman parte de los requisitos de admisión o de contratación. Vidal et al. (2024) señalan que, en el Perú, los estudiantes del nivel técnico se forman dentro de un modelo de gestión pública que incorpora estándares diferenciados, donde la calidad educativa, el sistema de gestión de la calidad y la inclusión de estudiantes con discapacidad ocupan un lugar central para la mejora institucional. Esta particularidad añade complejidad al análisis del bienestar, dado que los estudiantes enfrentan múltiples presiones académicas, personales y sociales.

En cuanto al rendimiento académico, este se entiende como el nivel de desempeño alcanzado por el estudiante en sus tareas educativas. Es un constructo multifactorial, influido por condiciones individuales, familiares, institucionales y sociales. Para su medición se emplean diversos instrumentos, siendo las calificaciones el indicador más extendido y reconocido dentro del sistema educativo. Barrera et al. (2022) explican

que las evaluaciones incluyen pruebas, exámenes, trabajos, tareas y otras actividades académicas que permiten medir el logro de los aprendizajes esperados. En la educación técnica peruana, el análisis del rendimiento adquiere características particulares debido a que incluye actividades prácticas, horas de laboratorio, talleres especializados y experiencias formativas en entornos productivos.

A partir de estudios previos, puede afirmarse que el rendimiento académico en los Centros de Educación Técnica Productiva (CETPRO) está condicionado por tres factores generales: la naturaleza de las actividades que los estudiantes realizan dentro de los centros, la cantidad de horas dedicadas al estudio fuera del horario académico y el estado de salud física y mental de los jóvenes. Estos aspectos, ampliamente analizados por Unanue-Machaca (2022), resultan esenciales para comprender de manera más completa la relación entre salud mental y desempeño académico en el contexto peruano. Cancino et al. (2024) agregan que el incremento de la carga práctica en los programas técnicos exige que los estudiantes gestionen adecuadamente sus recursos personales, lo que convierte al bienestar psicológico en un elemento fundamental para sostener el compromiso con la formación.

Los institutos de educación superior técnico-productivos, como señala Sifuentes (2024), adoptan un enfoque pedagógico centrado en la experiencia. Esta metodología fomenta la práctica profesional desde los primeros ciclos, lo que permite a los estudiantes desarrollar competencias técnicas de manera continua y progresiva. Dicha orientación responde a los esfuerzos del Estado peruano por transformar la educación técnica y formar profesionales capaces de satisfacer las demandas del mercado laboral, tanto nacional como internacional. No obstante, esta misma estructura implica un nivel significativo de exigencia emocional y física que puede afectar el bienestar psicológico si no se cuenta con mecanismos de acompañamiento adecuados.

A pesar de los avances normativos y académicos, los estudios realizados en la población de educación técnica muestran que, si bien los niveles de bienestar psicológico tienden a mejorar con el tiempo, estos no se traducen necesariamente en un rendimiento académico óptimo. Más de la mitad de los estudiantes presenta señales de malestar emocional que pueden interferir en su vida académica. La relación entre bienestar y rendimiento continúa siendo un campo poco investigado en esta modalidad educativa, lo que limita la capacidad de las instituciones para diseñar estrategias de intervención ajustadas a sus necesidades reales. Así lo señalan los trabajos de Sinchigalo-Martínez et al. (2022), quienes advierten que resulta urgente comprender mejor esta relación para desarrollar programas integrales que respondan a las particularidades de los estudiantes técnicos.

En este marco, el presente estudio se planteó como objetivo analizar la relación entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico en estudiantes de un instituto superior técnico peruano, tomando como referencia las dimensiones teóricas propuestas por Ryff (1989) y su pertinencia en el contexto nacional. Además de identificar qué dimensiones del bienestar se encuentran asociadas con un mejor desempeño, se busca determinar la relevancia de estos hallazgos para orientar prácticas educativas más humanas e integrales. La finalidad es contribuir a la construcción de un marco conceptual que permita a los institutos técnicos diseñar estrategias institucionales que incorporen la salud mental como un componente indispensable del aprendizaje, fortaleciendo así la calidad de la formación técnica y el desarrollo personal de los estudiantes.

Método

Se empleó un diseño cuantitativo, observacional, de tipo analítico y con un corte transversal. El alcance del estudio fue correlacional, orientado a determinar la asociación estadística entre las variables de bienestar psicológico y rendimiento académico en un momento único en el tiempo, sin manipulación deliberada de las variables por parte del investigador. Este diseño es adecuado para explorar la relación entre las variables en su contexto natural y generar hipótesis para futuras investigaciones longitudinales o experimentales.

La población objetivo estuvo constituida por estudiantes de pregrado de un instituto de educación superior técnico privado de Lima, Perú, matriculados durante el semestre académico 2023-II. Dicha población se estima en aproximadamente 800 estudiantes, distribuidos en diversas carreras técnicas.

La muestra estuvo conformada por 111 estudiantes. La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, reclutando a aquellos estudiantes que estuvieron disponibles y accedieron voluntariamente a participar durante las semanas de recolección de datos.

Se realizó un cálculo *a priori* del tamaño muestral para un análisis de correlación utilizando el software G*Power 3.1. Considerando un poder estadístico ($1-\beta$) del 80%, un nivel de significancia (α) de .05 a dos colas, y un tamaño del efecto esperado medio ($p = .30$), valor conservador basado en el resultado final del estudio ($p = .32$) y en la literatura previa, el tamaño muestral mínimo requerido era de 84 participantes. Por lo tanto, la muestra de 111 estudiantes se considera adecuada para detectar la asociación de interés con suficiente poder estadístico.

Los criterios de inclusión fueron: (a) ser estudiante regular matriculado en el semestre académico de la recolección, (b) tener al menos un semestre concluido para contar con un promedio ponderado, y (c) aceptar

participar voluntariamente firmando el consentimiento informado. Se excluyeron a estudiantes que se encontraban en su primer ciclo de estudios.

La muestra final incluyó estudiantes de tres programas técnicos: Cocina (n=40, 36%), Electrotecnia (n=37, 33.3%) y Administración (n=34, 30.6%). La edad promedio fue de 21.5 años (DE = 3.2), con un rango de 18 a 35 años. El 55% de los participantes se identificó con el género masculino y el 45% con el femenino. No se registraron datos perdidos significativos en las variables principales del estudio.

Variables e instrumentos

Bienestar psicológico (variable independiente)

Se definió como el grado de funcionamiento psicológico positivo de un individuo, evaluado a través de seis dimensiones teóricas. Para su medición se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (EBP) en su adaptación y validación al español realizada por Díaz et al. (2006). El instrumento consta de 39 ítems respondidos en una escala tipo Likert de 6 puntos (1 = Totalmente en desacuerdo, 6 = Totalmente de acuerdo). La escala evalúa seis dimensiones:

- **Autoaceptación:** actitud positiva hacia uno mismo.
- **Relaciones positivas:** calidad de los vínculos interpersonales.
- **Autonomía:** sentido de autodeterminación e independencia.
- **Dominio del entorno:** capacidad para manejar eficazmente el entorno.
- **Propósito en la vida:** metas y sentido de dirección vital.
- **Crecimiento personal:** sentimiento de desarrollo continuo.

La puntuación total se obtuvo sumando los ítems, con puntuaciones más altas indicando un mayor nivel de bienestar. La adaptación de Díaz et al. (2006) ha mostrado adecuadas propiedades psicométricas en población hispanohablante. Para el presente estudio, se calculó la consistencia interna mediante el coeficiente alfa de Cronbach, obteniendo un valor excelente para la escala total ($\alpha = .94$) y valores aceptables para las subescalas (autoaceptación $\alpha = .84$; relaciones positivas $\alpha = .81$; autonomía $\alpha = .73$; dominio del entorno $\alpha = .82$; propósito en la vida $\alpha = .85$; crecimiento personal $\alpha = .79$).

Rendimiento académico (variable dependiente)

Se definió como el nivel de logro del estudiante en las actividades formativas. Se operacionalizó a través del promedio ponderado acumulado del último semestre académico concluido, proporcionado por la oficina de registros académicos de la institución. Este indicador se mide en una escala vigesimal (0 a 20), siendo un método objetivo y estandarizado dentro del contexto educativo evaluado. Para fines descriptivos, los promedios se categorizaron en niveles: Malo (0-10), Regular (11-13), Bueno (14-17) y Excelente (18-20).

Los datos recolectados fueron procesados y analizados en el software IBM SPSS Statistics, versión 28.0. El plan de análisis incluyó los siguientes pasos:

- **Análisis descriptivo:** se calcularon estadísticos de tendencia central (media, mediana) y de dispersión (desviación estándar, rango) para las variables cuantitativas (edad, puntajes de bienestar, rendimiento académico). Para las variables categóricas (carrera, sexo) se utilizaron frecuencias y porcentajes.
- **Análisis de supuestos:** se evaluó la normalidad de la distribución de las variables principales mediante la prueba de Shapiro-Wilk, debido a que el tamaño muestral es menor a 5000. Los resultados indicaron que las variables no seguían una distribución normal ($p < .05$), justificando el uso de pruebas no paramétricas.
- **Análisis correlacional:** para responder al objetivo principal, se utilizó el coeficiente de correlación rho de Spearman (ρ) para examinar la relación entre el puntaje total de bienestar psicológico (y sus dimensiones) y el rendimiento académico. Se consideró un nivel de significancia de $p < .05$. Se reportaron los coeficientes de correlación, los valores de p y los intervalos de confianza al 95%.
- **Tamaño del efecto:** se interpretaron los coeficientes de correlación según los criterios de Cohen (1988): pequeño ($\rho < .30$), moderado ($\rho = .30 - .50$), grande ($\rho > .50$).
- **Análisis complementarios:** se exploraron diferencias en las variables principales según carrera técnica y sexo mediante pruebas de Kruskal-Wallis y U de Mann-Whitney, respectivamente.

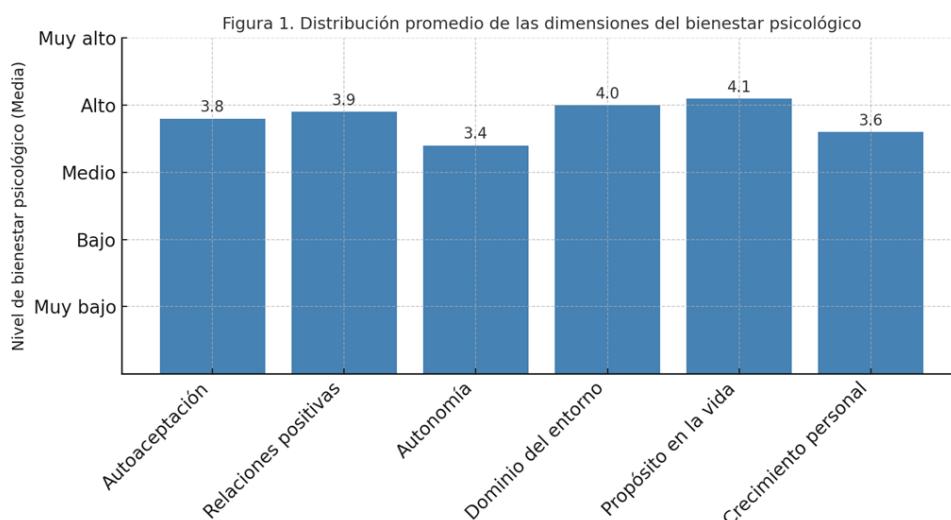
Resultados

Los hallazgos del estudio permitieron describir los niveles de bienestar psicológico y rendimiento académico en función de la carrera técnica elegida, así como explorar la asociación entre ambas variables principales. A continuación, se presentan los resultados estructurados por dimensiones de análisis, incluyendo representaciones gráficas y tabulares.

En términos generales, los estudiantes evidenciaron niveles medio-altos de bienestar psicológico. Las dimensiones propósito en la vida ($M = 4.1$) y dominio del entorno ($M = 4.0$) alcanzaron los puntajes más elevados, mientras que autonomía ($M = 3.4$) y crecimiento personal ($M = 3.6$) mostraron los más bajos. Esta distribución permite identificar patrones diferenciados de percepción interna y relacional.

Figura 1

Promedios de bienestar psicológico por dimensión



Nota. Datos elaborados a partir de los resultados originales del estudio de maestría realizado por la autora

Tabla 1

Distribución de niveles de bienestar psicológico por carrera técnica

Carrera técnica	Bajo (%)	Medio (%)	Alto (%)
Cocina	5	65	30
Electrotecnia	8	67	25
Administración	4	61	35

Nota. Datos elaborados a partir de los resultados originales del estudio de maestría realizado por la autora

En relación con el rendimiento académico, se identificaron promedios ponderados generales que ubican a los estudiantes en un nivel bueno, sin grandes variaciones entre las carreras. Esto evidencia una distribución relativamente homogénea del desempeño académico por especialidad técnica.

Tabla 2

Distribución de niveles de rendimiento académico por carrera técnica

Carrera técnica	Regular (%)	Bueno (%)	Muy bueno (%)
Cocina	20	55	25
Electrotecnia	18	60	22

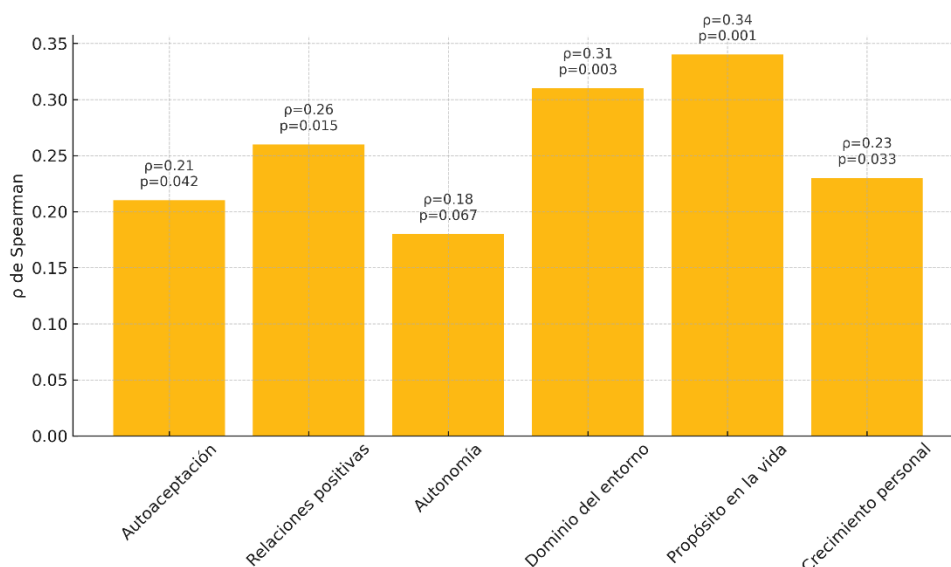
Administración	15	50	35
----------------	----	----	----

Nota. Datos elaborados a partir de los resultados originales del estudio de maestría realizado por la autora

El análisis de correlación de Spearman reveló una asociación positiva y estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico total y el rendimiento académico ($\rho = .32$, $p = .001$). Las dimensiones propósito en la vida ($\rho = .34$, $p = .001$) y dominio del entorno ($\rho = .31$, $p = .003$) mostraron las correlaciones más fuertes con el rendimiento. A continuación, se presenta una visualización de estas asociaciones específicas:

Figura 2

Asociación entre dimensiones del bienestar y rendimiento académico



Nota. Datos elaborados a partir de los resultados originales del estudio de maestría realizado por la autora

Tabla 3

Coefficientes de Spearman entre dimensiones del bienestar psicológico y rendimiento académico

Dimensión	ρ de Spearman	p	IC 95%	Tamaño del efecto
Autoaceptación	.21	.042	[.01, .40]	Pequeño
Relaciones positivas	.26	.015	[.05, .44]	Pequeño
Autonomía	.18	.067	[-.01, .36]	No significativo
Dominio del entorno	.31	.003	[.12, .48]	Moderado
Propósito en la vida	.34	.001	[.15, .50]	Moderado
Crecimiento personal	.23	.033	[.02, .42]	Pequeño
Bienestar total	.32	.001	[.14, .48]	Moderado

Nota. Datos elaborados a partir de los resultados originales del estudio de maestría realizado por la autora

Discusión

Los resultados del estudio permiten comprender con mayor claridad la manera en que el bienestar psicológico se entrelaza con el desempeño académico de los estudiantes de educación técnica. La relación positiva identificada sugiere que el proceso formativo en este nivel no se limita a la adquisición de habilidades operativas o competencias instrumentales, sino que implica también dimensiones más profundas vinculadas con el desarrollo personal. En esa línea, la autoaceptación, la calidad de las relaciones interpersonales y el sentido

de propósito emergen como pilares que influyen directamente en el logro académico, tal como ya habían señalado Arhuis-Inca y Ipanaqué-Zapata (2023) y Cardoso et al. (2020). Estos elementos, más allá de ser atributos individuales, se configuran como recursos internos que sostienen la capacidad de los estudiantes para afrontar la carga académica y mantenerse comprometidos con sus metas formativas.

Un aspecto particularmente relevante del análisis es que las dimensiones relacionadas con el propósito vital, el dominio del entorno y las relaciones positivas mostraron asociaciones más consistentes con el rendimiento académico. Este patrón deja ver que los estudiantes que se sienten capaces de influir en su entorno, establecer vínculos saludables y dotar de sentido sus actividades académicas tienden a desenvolverse mejor en su formación técnica. La interpretación coincide con los planteamientos de González y Téllez (2024), quienes sostienen que los factores motivacionales y la adaptación social adquieren un peso determinante en contextos educativos donde la práctica profesional y la experiencia directa ocupan un lugar central.

Por el contrario, el hecho de que las dimensiones de autonomía y crecimiento personal no presentaran asociaciones significativas invita a reflexionar sobre las particularidades de la educación técnica. A diferencia de procesos formativos más abiertos, donde la toma de decisiones es un componente esencial del desarrollo académico, la educación técnica suele caracterizarse por estructuras más guiadas y rutas formativas definidas. Bajo este marco, es comprensible que la autonomía y el crecimiento personal se desarrollen de manera más tardía o se manifiesten con mayor fuerza una vez que los estudiantes han adquirido las competencias básicas de su especialidad.

Desde una perspectiva de gestión institucional y de psicología educativa, estos hallazgos refuerzan la importancia de incorporar el bienestar como una dimensión formativa transversal. La reflexión se alinea con lo planteado por la UNESCO (2025), que advierte que integrar de manera sistemática el bienestar psicológico en los programas de educación superior contribuye significativamente a reducir las tasas de abandono, fortalecer la permanencia estudiantil y desarrollar competencias socioemocionales indispensables para la vida profesional contemporánea. En consecuencia, la educación técnica peruana no debería limitar la formación al desarrollo de destrezas prácticas, sino que tendría que ampliar sus horizontes hacia un enfoque integral que considere al estudiante en su totalidad.

Ahora bien, la interpretación de los datos también evidencia que el bienestar psicológico y el rendimiento académico presentan variaciones a lo largo de los ciclos formativos. El análisis de varianza revela que tanto las medias como la dispersión de las puntuaciones cambian conforme los estudiantes avanzan en su trayectoria educativa. Este comportamiento coincide con lo propuesto por Fernández (2024), quien afirma que el impacto del bienestar psicológico en el rendimiento es significativo, aunque los efectos de la gestión educativa suelen manifestarse con mayor fuerza en los primeros momentos de la formación. Esto sugiere que la etapa inicial constituye un periodo crítico donde los estudiantes son particularmente sensibles a las condiciones institucionales y al clima socioemocional que los rodea.

La evidencia científica previa ya había mostrado que el bienestar psicológico se relaciona con el rendimiento académico en distintos niveles educativos, tanto universitarios como secundarios. Sin embargo, dentro del ámbito técnico peruano, esta relación ha sido menos explorada. En este sentido, el estudio aporta información relevante que coincide con las observaciones de Arhuis-Inca y Ipanaqué-Zapata (2023), quienes documentaron que, incluso durante la pandemia de Covid-19, los estudiantes de educación técnica continuaron manifestando asociaciones claras entre su bienestar emocional y su desempeño académico. La crisis sanitaria posicionó a este nivel educativo en el centro del debate regional, revelando brechas tanto en la gestión institucional como en la atención socioemocional del alumnado.

El panorama obtenido en el presente estudio también ofrece luces para los directores y gestores educativos. Tal como advierten Barrera-Herrera & San Martín (2021), los estudiantes de educación técnica superior suelen presentar patrones de salud mental frágiles y resultados académicos irregulares cuando las instituciones no logran articular políticas claras de acompañamiento. En este caso, casi un tercio de los estudiantes presenta una salud mental por debajo del nivel mínimo esperado y más de la mitad no alcanza un rendimiento académico satisfactorio. Esta situación confirma la necesidad de prestar atención tanto a las características personales como a los factores contextuales que influyen en el bienestar y en el rendimiento.

Los factores de gestión educativa, que incluyen el clima institucional, la calidad de la interacción docente-estudiante y la orientación pedagógica, demostraron influir de manera significativa en la salud mental y en el rendimiento académico. Esto significa que no basta con brindar contenidos técnicos o programas de práctica profesional; también se requiere de un entorno que favorezca la cohesión, el apoyo emocional y una comunicación eficaz. La lectura coincide con los aportes de Cedeño et al. (2025), quienes señalan que promover el bienestar estudiantil exige un cambio estructural en la gestión educativa, donde la salud mental no se trate como un complemento, sino como un componente esencial del proceso formativo.

Finalmente, los resultados de este estudio subrayan la urgencia de implementar políticas educativas que incorporen estrategias de acompañamiento socioemocional desde el inicio de la trayectoria técnica. Ello implica diseñar programas de tutoría, espacios de escucha, iniciativas de prevención del estrés y acciones que fomenten relaciones interpersonales más saludables. También, demanda fortalecer las capacidades docentes para identificar señales de malestar y brindar un apoyo oportuno. Al mismo tiempo, la investigación abre la puerta para estudios longitudinales que permitan comprender con mayor profundidad cómo evolucionan las dimensiones del bienestar a lo largo del proceso formativo y de qué manera interactúan con los factores institucionales.

Conclusiones

Los resultados del presente estudio permiten concluir que el bienestar psicológico representa un factor formativo relevante en el contexto de la educación técnica peruana. Se evidenció una correlación positiva y significativa entre el nivel de bienestar psicológico y el rendimiento académico, destacando el impacto de las dimensiones propósito en la vida, dominio del entorno, relaciones positivas y autoaceptación.

Estas evidencias empíricas refuerzan la necesidad de abordar el aprendizaje técnico desde una perspectiva integral que incluya el desarrollo socioemocional. El bienestar psicológico no solo favorece la permanencia y rendimiento del estudiante, sino que potencia sus recursos personales para enfrentar las exigencias académicas de forma autónoma y resiliente.

Pese a las limitaciones propias de su diseño correlacional, este estudio aporta insumos para una comprensión más profunda del vínculo entre salud mental y logros educativos en entornos técnico-profesionales.

Referencias

- Arhuis-Inca, W., & Ipanaqué-Zapata, M. (2023). The relationship between social skills, psychological well-being, and academic performance in university students in Chimbote, Peru. *Revista Electrónica Educare*, 27(2), 1-14. <https://doi.org/10.15359/ree.27-2.15848>
- Barragán Estrada, A. R. (2023). Bienestar, salud mental óptima y florecimiento: esclareciendo y diferenciando conceptos complejos. *LIBERABIT. Revista Peruana de Psicología*, 29(2), e680. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n2.680>
- Barrera Arcaya, F., Venegas-Muggli, J. I., & Ibacache Plaza, L. (2022). El efecto del aprendizaje basado en proyectos en el rendimiento académico de los estudiantes. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 21(46), 277-291. <https://doi.org/10.21703/0718-5162.v21.n46.2022.015>
- Barrera-Herrera, A., & San Martín, Y. (2021). Prevalencia de sintomatología de salud mental y hábitos de salud en una muestra de universitarios chilenos. *Psykhē*, 30(1). <https://doi.org/10.7764/psykhe.2019.21813>
- Cancino Cedeño, E. M., Párraga Mendoza, J. H., & Castillo Peña, D. (2024). Revisión sistemática sobre salud mental y rendimiento académico. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 1833-1851. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10623
- Cardoso, R., Pérez, G., & López, A. (2020). Factores psicoeducativos y rendimiento académico en contextos técnicos. *Educación y Desarrollo*, 38(1), 89–104.
- Casiano Carranza, J. L., Márquez Gómez, J. O., & Cardoso Jiménez, D. (2024). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios del sur del Estado de México. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29). <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2046>
- Cedeño Castillo, E. A., Gualpa Alvarez, A., Meza Arguello, D. M., & Moreira Carrasco, M. E. (2025). Salud mental y rendimiento académico en el bachillerato. *Sage Sphere Multidisciplinary Studies*, 2(1), 1-11. <https://doi.org/10.63688/9rks6r25>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2da ed.). Lawrence Erlbaum Associates. <https://doi.org/10.4324/9780203771587>
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572–577. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72718337.pdf>
- Fernández Yana, C. (2024). Salud mental positiva y rendimiento académico de estudiantes de una universidad privada de Lima, 2023. *Revista Científica de Comunicación Social*, (6), 73-85. <https://doi.org/10.71187/brc.v0i6.106>
- González, L., & Téllez, A. (2024). Autonomía y formación técnica: desafíos del aprendizaje guiado. *Revista Colombiana de Educación Técnica*, 19(1), 22–37.

- Navarro-Obeid, J., Mercado-Méndez, A., Oviedo-Lidueñas, D., Nagles-Ruíz, C., & Martínez- Gómez, I. (2024). Salud mental positiva y bienestar psicológico en estudiantes universitario. *IPSA Scientia, Revista Científica Multidisciplinaria*, 9, ev9a4. <https://doi.org/10.62580/ipsc.2024.9.172>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Sifuentes Herrera, E. (2024). Brechas entre educación técnico-productiva y principios de sostenibilidad: un desafío para el contexto laboral actual. *Gaceta Científica*, 10(3). <https://doi.org/10.46794/gacien.10.3.2174>
- Sinchigalo-Martínez, R., Guzmán-Barcenas, B., & Bonilla-Jurado, D. (2022). Bienestar emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios: relación bidimensional y su impacto en las estrategias de apoyo. *Journal of Science and Research*, 7(4), 71–95. <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/sr/article/view/2898>
- UNESCO. (2025). Educación superior. *Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura*. <https://www.unesco.org/es/higher-education>
- Vidal Bocanegra, O. R., García Cupil, R., & De la O de la O, T. (2024). La salud mental en universitarios como aspecto determinante en el logro de objetivos académicos. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 6227-6240. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.11044