

XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVI Jornadas de Investigación. XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. I Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. I Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2019.

# **Autoeficacia como predictor del flow en estudiantes universitarios de Paraná, Entre Ríos.**

Tortul, María Candela.

Cita:

Tortul, María Candela (2019). *Autoeficacia como predictor del flow en estudiantes universitarios de Paraná, Entre Ríos. XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVI Jornadas de Investigación. XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. I Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. I Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-111/824>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# AUTOEFICACIA COMO PREDICTOR DEL FLOW EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PARANÁ, ENTRE RÍOS

Tortul, María Candela

Universidad Católica Argentina. Facultad Teresa de Ávila. Argentina

## RESUMEN

El Flow es un estado de total implicancia en una actividad que requiere una completa concentración. La Autoeficacia refiere a las creencias de las personas en sus propias capacidades para organizar y ejecutar los cursos de acción requeridos para producir determinados logros futuros. Este trabajo se propuso: 1) establecer si existe asociación entre Autoeficacia y Flow en estudiantes universitarios de Paraná, Entre Ríos y 2) determinar si la Autoeficacia constituye un predictor significativo del Flow en dichos estudiantes. La muestra fue seleccionada mediante un muestreo no probabilístico, intencional y estuvo conformada por 190 estudiantes universitarios, con una media de edad de 21.44 (DT= 2.89). Se aplicaron: a) la Escala de Autoeficacia de O'Sullivan y b) la Escala de Experiencia Óptima de Mesurado. Se realizó análisis de correlación de Pearson y análisis de regresión. Se encontraron asociaciones significativas positivas y moderadas entre Autoeficacia y las dimensiones del Flow: Afecto y Cognición ( $r = .62$ ;  $p = .000$ ) y Percepción de Logro y Habilidad ( $r = .65$ ;  $p = .000$ ). Se halló que la Autoeficacia explica un 38% de la varianza de Afecto y Cognición ( $p < 0,001$ ) y un 42% de la varianza de Percepción de Logro y Habilidad ( $p < 0,001$ ) en estudiantes universitarios.

## Palabras clave

Flujo - Autoeficacia - Correlación - Estudiantes Universitarios

## ABSTRACT

### SELF-EFFICACY AS PREDICTOR OF FLOW IN UNIVERSITY STUDENTS FROM PARANÁ, ENTRE RÍOS

Flow is a state of total involvement in an activity that requires complete concentration. Self-efficacy refers to beliefs of people in their own capacities to organize and execute the courses of action required to produce certain future achievements. This work was proposed: 1) to establish if there is an association between Self-efficacy and Flow in university students from Paraná, Entre Ríos and 2) to determine if Self-efficacy constitutes a significant predictor of Flow in said students. The sample was selected through a non-probabilistic sampling, intentional and was made up of 190 university students, with an average age of 21.44 (SD = 2.89). Was applied: the O'Sullivan's Self-Efficacy Scale and the Mesurado's Optimi Experience Scale. Pearson's correlation analysis and regression analysis were performed. Significant positive and moderate associations were found bet-

ween Self-efficacy and Flow dimensions: Affect and Cognition ( $r = .62$ ,  $p = .000$ ) and Perception of Achievement and Skill ( $r = .65$ ;  $p = .000$ ). It was found that Self-efficacy explains 38% of variance of Affect and Cognition ( $p < 0.001$ ) and 42% of variance of Perception of Achievement and Skill ( $p < 0.001$ ) in university students.

## Key words

Flow - Self-efficacy - Correlation - University Students

## Introducción

Una educación de calidad en el nivel superior implica no sólo considerar elementos formales de la enseñanza, sino también aspectos psicológicos que contribuyen a un buen rendimiento permanente y egreso de los estudiantes y aspectos vinculados al desarrollo integral de los alumnos.

El *Flow* o experiencia óptima fue definido por Csikszentmihalyi como un estado de total implicancia en una actividad que requiere una completa concentración, es decir, como un estado en el cual las personas se encuentran involucradas de tal modo en una actividad que nada más parece importarles. Esta experiencia es tan placentera en sí misma que los sujetos la realizarán por el puro motivo de hacerla, incluso aunque implique un gran costo para ellos (Cuadra y Florenzano, 2003). En el estado de Flow, la atención está totalmente abocada a la tarea en cuestión y las funciones de la persona operan en su máxima capacidad (Csikszentmihalyi, Abuhamdeh y Nakamura, 2005). El Flow es un estado mental fluctuante en el que el equilibrio entre desafío y habilidad es intrínsecamente frágil (Csikszentmihalyi y otros, 2005; Bakker, 2011). En el ámbito educativo, existe evidencia de que si los estudiantes experimentan Flow cuando están involucrados en actividades académicas, su aprendizaje mejora y disfrutan del mismo, por lo cual se convierte en intrínsecamente gratificante (Csikszentmihalyi, Rathunde y Whalen, 1994). Otros estudios encontraron que los estudiantes de secundaria que experimentan estados de Flow presentan mayor nivel de compromiso académico (Shernoff, Csikszentmihalyi, Schneider y Shernoff, 2003).

La Autoeficacia fue definida por Albert Bandura (1997) como las creencias de las personas en sus propias capacidades para organizar y ejecutar los cursos de acción requeridos para producir determinados logros futuros. Según el autor, este constructo no hacer referencia a un rasgo global, sino a un conjunto de au-

to creencias vinculadas a áreas específicas de desempeño, por ejemplo, el área académica. Estas creencias tienen influencia en la elección de actividades y comportamientos, en el esfuerzo realizado, en la perseverancia y en los patrones de pensamiento y las reacciones emocionales de los estudiantes frente a las tareas (Blanco Blanco, 2010). Se ha hallado evidencia de que los estudiantes que presentan altos niveles de Autoeficacia reportan aspiraciones académicas más elevadas, se mantienen más tiempo en la tarea, y sus actividades de aprendizaje se asocian en mayor medida con experiencia óptima en comparación con los estudiantes que obtienen bajas puntuaciones de Autoeficacia (Bassi, Steca, Delle Fave y Caprara, 2007).

En el marco de las investigaciones acerca de los factores que promueven el Flow, diversos estudios se han focalizado en la *Autoeficacia* como uno de los principales predictores de este fenómeno (Bassi y otros, 2007; Linnenbrink y Pintrich, 2003; Mesurado, Richaud y Mateo, 2016; Rodríguez-Sánchez, Salanova, Cifre y Schaufeli, 2011; Sweetman y Luthans, 2010; Walker, Greene, y Mansell, 2006), aunque son escasos los que pertenecen al ámbito nacional.

### Objetivos

Este trabajo se propuso: 1) establecer si existe asociación entre la Autoeficacia y el Flow que presentan los estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná, Entre Ríos y 2) determinar si la Autoeficacia constituye un predictor significativo del Flow en dichos estudiantes.

### Método

#### *Participantes*

La muestra fue seleccionada mediante un muestreo no probabilístico, de tipo intencional y estuvo conformada por 190 estudiantes universitarios. Los jóvenes cursaban 2º y 3º año de diferentes carreras en universidades públicas y privadas de la ciudad de Paraná, entre ellas: Lic. en Psicología, Lic. en Psicopedagogía, Abogacía, Lic. en Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales, Contador Público, Lic. en Administración, Ingeniería Civil e Ingeniería Electromecánica. El 93% (n=177) refirió pertenecer a un nivel socioeconómico medio. En relación a la distribución según sexo la muestra era heterogénea, dado que el 73% eran mujeres (n= 138) y el 27% (n= 52) varones. El 70% (n=133) sólo estudiaba, mientras que el 30% (n=57) restante trabajaba además de estudiar. Las edades oscilaban entre los 18 y los 32 años, con una media de 21.44 (DT= 2.89).

#### *Instrumentos*

Para recabar datos acerca del Flow, se administró a los estudiantes la Escala de Experiencia Óptima (Mesurado, 2008, 2009), que permite evaluar dos dimensiones de este constructo: por un lado la Experiencia Cognitiva y Afectiva y por otro, los Logros y la Capacidad Percibida. En esta investigación en par-

ticular, se midió el Flow asociado con actividades académicas. La escala presenta 26 ítems acerca de la experiencia de Flow durante las actividades de estudio (por ejemplo, clases, exámenes, tareas académicas), 13 ítems se relacionan con estados afectivos (por ejemplo, feliz versus triste, emocionado versus aburrido) y cognitivos (por ejemplo, alerta versus somnoliento y claro versus confuso). Los participantes califican cada ítem afectivo y cognitivo en una escala de siete puntos. Los 13 ítems restantes miden la percepción de logro (por ejemplo, “¿Estabas teniendo éxito en lo que estabas estudiando?”) y la percepción de capacidad (por ejemplo, “¿Crees que tienes la capacidad suficiente para superar ese desafío?”). Los participantes califican los ítems referidos a la propia percepción de logro y capacidad en una escala tipo Likert de 5 puntos, donde 1 representa “muy en desacuerdo” y 5 “muy de acuerdo”. Este instrumento presenta adecuadas propiedades psicométricas (alfa de Cronbach: .87) y ha sido adaptado y validado para su uso en estudiantes universitarios de argentina (Mesurado y otros, 2016).

A fin de obtener información sobre la Autoeficacia Académica de los estudiantes, se les aplicó la Escala de Autoeficacia de O’Sullivan (2011). Esta escala incluye diez ítems, con afirmaciones tales como “Termino mis tareas en los plazos asignados”, “Organizo mi trabajo escolar” y “Tomo buenos apuntes durante las clases”. En las instrucciones, se solicita a los estudiantes que especifiquen el nivel de confianza en su capacidad para realizar las tareas mencionadas, en una escala que oscila entre cero y seis, donde cero representa “no puedo hacer nada”, y seis representa “muy seguro de poder hacerlo”. Las puntuaciones más altas indican mayores niveles de Autoeficacia. La escala presenta adecuadas propiedades psicométricas (alfa de Cronbach: .81) y ha sido adaptada y validada para su uso en población argentina (Mesurado y otros, 2016).

#### *Procedimiento*

Los instrumentos fueron completados por los estudiantes en contextos áulicos grupales, ante la presencia de los investigadores, en días y horarios acordados con las autoridades de las instituciones educativas. La participación fue voluntaria, lo cual quedó expresado en la firma del consentimiento informado por parte de cada alumno, de manera previa a la recolección de datos, momento en el cual se les explicaron los objetivos de la investigación y el tipo de participación solicitada. Por otra parte, se garantizó la confidencialidad de los datos recabados y su utilización exclusiva con fines investigativos.

#### *Análisis estadísticos*

A fin de estudiar la asociación entre Autoeficacia y Flow se realizó análisis de correlación de Pearson y para evaluar la influencia de la Autoeficacia sobre el Flow, se aplicó análisis de regresión.

## Resultados

Los resultados indican que, en los estudiantes universitarios de Paraná existe una asociación significativa entre la Autoeficacia y la dimensión del Flow Afecto y Cognición Durante la Actividad ( $r = .62$ ;  $p = .000$ ). También se halló una asociación estadísticamente significativa entre la Autoeficacia percibida y la dimensión Percepción de Logro y Habilidad Durante la Actividad ( $r = .65$ ;  $p = .000$ ). En ambos casos la asociación puede caracterizarse como positiva, es decir que a mayor nivel de Autoeficacia, mayores niveles de Flow en los estudiantes. Por otra parte, las asociaciones encontradas son de grado moderado.

Tabla 1. *Correlaciones de Pearson entre Autoeficacia y Flow en estudiantes universitarios de Paraná*

	Flow - Afecto y Cognición durante la Actividad	Flow - Percepción de Logro y Habilidad durante la Actividad
Autoeficacia Académica	.621**	.649**

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0.01

En relación al segundo objetivo, los resultados encontrados permiten afirmar que la Autoeficacia percibida constituye un predictor significativo del Flow en los estudiantes universitarios. Se halló que la Autoeficacia explica un 38% de la varianza de la dimensión Afecto y Cognición ( $p < 0.001$ ) y un 42% de la varianza de la dimensión Percepción de Logro y Habilidad Durante la Actividad ( $p < 0.001$ ).

## Discusión

Esta investigación se propuso como objetivos analizar la asociación entre la Autoeficacia y el Flow en los estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná, Entre Ríos y determinar si la Autoeficacia constituye un predictor significativo del Flow. Los resultados encontrados señalan que existe una asociación significativa, positiva y moderada entre la Autoeficacia y el Flow y que la Autoeficacia es un predictor significativo del Flow en los universitarios. Estos hallazgos coinciden con los de otras investigaciones (Bassi, Steca, Delle Fave y Caprara, 2007; Linnenbrinka y Pintrich, 2003; Sweetman y Luthans, 2010; Walker, Greene, y Mansell, 2006) por ejemplo, con los del estudio transcultural de Mesurado y otros (2016), realizado en estudiantes universitarios de Argentina y Filipinas, en el cual se halló evidencia de que la Autoeficacia promueve el Flow y que a su vez el estado de Flow promueve el Compromiso Académico. También son coherentes con los resultados de un estudio longitudinal realizado por Rodríguez-Sánchez y otros (2011), quienes encontraron que un elevado nivel de Autoeficacia académica propicia una mayor frecuencia de Flow y mayores niveles de reto y habilidades, dado que la Autoeficacia constituye un antecedente y un predictor importante para este estado.

La presente investigación contribuye al ámbito de la Psicol-

gía Educativa, dado que incrementa la evidencia empírica a nivel local acerca de la relación entre estos dos constructos, cuya significación en relación a la permanencia, rendimiento y egreso de los alumnos en el ámbito universitario han sido suficientemente probadas. No obstante presenta limitaciones, entre las que podemos mencionar que la muestra era pequeña y fue seleccionada de manera no probabilística, intencional, por ello sería recomendable replicar el estudio en muestras aleatorias y de mayor tamaño a fin de garantizar su representatividad y la generalización de los resultados obtenidos. Por otra parte, cabe destacar que se trató de una investigación transversal que podría complementarse con la realización de estudios longitudinales con la finalidad de observar la estabilidad o cambios en la relación entre los constructos estudiados en el transcurso de la trayectoria universitaria de los alumnos.

## BIBLIOGRAFÍA

- Bakker, A.B. (2011). An evidence-based model of work engagement. *Current Directions in Psychological Science*, 20(4), 265–269. doi:10.1177/0963721411414534
- Bassi, M., Steca, P., Delle Fave, A. y Caprara, G.V. (2007). Academic self-efficacy beliefs and quality of experience in learning. *Journal of Youth and Adolescence*, 36, 301–312. doi:10.1007/s10964-006-9069-y
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Macmillan.
- Blanco Blanco, A. (2010). Creencias de autoeficacia de estudiantes universitarios: un estudio empírico sobre la especificidad del constructo. *Relieve*, 16 (1) 1-28. [http://www.uv.es/RELIEVE/v16n1/RELIEVEv16n1\\_2.htm](http://www.uv.es/RELIEVE/v16n1/RELIEVEv16n1_2.htm)
- Csikszentmihalyi, M., Abuhamdeh, S. y Nakamura, J. (2005). Flow. En A. Elliot (Ed.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 598–608). New York, NY: Guilford Press.
- Csikszentmihalyi, M., Rathunde, K. y Whalen, S. (1994). *Talented teenagers. The roots of success & failure*. Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología*, 12(1), 83–96.
- Linnenbrinka, E.A. y Pintrich, P.R. (2003). The role of self-efficacy beliefs in student engagement and learning in the classroom. *Reading and Writing Quarterly: Overcoming Learning Difficulties*, 19(2), 119–137. doi:10.1080/10573560308223
- Mesurado, B., Richaud, M.C., y Mateo, N.J. (2016). Engagement, Flow, Self-Efficacy, and Eustress of University Students: A Cross-National Comparison Between the Philippines and Argentina. *The Journal of Psychology*, 150 (3), 281–299.
- Rodríguez-Sánchez, A., Salanova, M., Cifre, E. y Schaufeli, W.B. (2011). When good is good: A virtuous circle of self-efficacy and flow at work among teachers. *Revista de Psicología Social: International Journal of Social Psychology*, 26(3), 427–441. doi:10.1174/021347411797361257
- Shermoff, D.J., Csikszentmihalyi, M., Schneider, B. y Shermoff, E.S. (2003). Student engagement in high school classrooms from the perspective of flow theory. *School Psychology Quarterly*, 18(2), 158–176. doi:10.1521/scpq.18.2.158.21860



Sweetman, D. y Luthans, F. (2010). The power of positive psychology: Psychological capital and work engagement. En A. B. Bakker y M. P. Leiter (Eds.), *Work engagement: A handbook of essential theory and research* (pp. 54–68). New York, NY: Psychology Press.

Walker, C.O., Greene, B.A. y Mansell, R.A. (2006). Identification with academics, intrinsic/extrinsic motivation, and self-efficacy as predictors of cognitive engagement. *Learning and Individual Differences*, 16(1), 1–12. doi:10.1016/j.lindif.2005.06.004