

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA



**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADAS EN
PSICOLOGÍA**

**“PERSONALIDAD EFICAZ Y AUTOCONCEPTO FÍSICO EN ESTUDIANTES DE
PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO”**

Área de Investigación:

Ciencias Médicas – Psicología positiva y bienestar psicológico

Autoras:

Br. Guarniz Flores, Mircia Patricia

Br. Llaque Vera, Madeley Aracely

Jurado Evaluador:

Presidente : Lina Iris Palacios Serna

Secretario : Jorge Miguel Caro Vela

Vocal : Lidia Mercedes Silva Ramos

Asesor:

Borrego Rosas Carlos Esteban

Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6168-300X>

Trujillo – Perú

2022

Fecha de sustentación: 25/10/2022

“Personalidad eficaz y autoconcepto físico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo”

PRESENTACIÓN

Ante el jurado calificador

Al cumplir con el reglamento de Grados y Títulos de la UPAO, Facultad de Medicina humana, Programa académico de Psicología, entregamos bajo su criterio la evaluación del estudio “**Personalidad eficaz y autoconcepto físico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo**”, con la finalidad de obtener el título profesional de Licenciado en Psicología. Agradezco por anticipado por las sugerencias y apreciaciones que se brinden en el estudio.

Trujillo, 25 de octubre de 2022.

Br. Guarniz Flores, Mircia Patricia.

Br. Llaque Vera, Madeley Aracely.

DEDICATORIA

Con amor, a mi familia por apoyarme en mi progreso profesional, y a mi motivación y fortaleza en cada paso que doy, mi hijo.

Br. Guarniz Flores, Mircia Patricia.

DEDICATORIA

Por su cariño, apoyo y motivación indeterminada, a mis padres, hermanos y sobrinos que día a día guiaron mis pasos y fueron mi fortaleza.

Br. Llaque Vera, Madeley Aracely.

AGRADECIMIENTOS

A los estudiantes que son partícipes de esta investigación, por su tiempo, ayuda y comprensión.

A nuestro querido asesor, por ser guía en el desarrollo y finalización de esta investigación, agradecerle su paciencia, buen humor y sabiduría con nosotras.

A los docentes, que hoy en día se vuelven nuestros colegas, por brindarnos sus enseñanzas.

A la Universidad Privada Antenor Orrego, por hacernos parte de esta gran casa de estudios.

INDICE DE CONTENIDOS

PRESENTACIÓN	II
DEDICATORIA.....	III
DEDICATORIA.....	IV
AGRADECIMIENTOS.....	V
INDICE DE CONTENIDOS.....	VI
ÍNDICE DE TABLAS.....	IX
RESUMEN.....	X
ABSTRACT	XI
CAPITULO I.....	12
MARCO METODOLÓGICO	12
1.1. EL PROBLEMA	13
1.1.1. DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA	13
1.1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	18
1.1.3. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....	18
1.1.4. LIMITACIONES.....	19
1.2. OBJETIVOS	19
1.2.1. OBJETIVOS GENERALES	19
1.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	19
1.3. HIPÓTESIS	20
1.3.1. HIPÓTESIS GENERAL.....	20
1.3.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS.....	20
1.4. VARIABLES E INDICADORES	21
1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN	21
1.5.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	21
1.5.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	22
1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA	22
1.6.1. POBLACIÓN	22
1.6.2. MUESTRA.....	23
1.6.3. MUESTREO.....	24

1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	25
1.8. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	28
1.9. ANÁLISIS ESTADÍSTICO.....	29
CAPITULO II.....	30
MARCO REFERENCIAL TEÓRICO	30
2.1. ANTECEDENTES.....	31
2.1.1. INTERNACIONAL.....	31
2.1.2. NACIONAL.....	32
2.1.3. REGIONAL Y LOCAL.....	32
2.2. MARCO TEÓRICO	33
2.2.1. ACERCA DE LA PERSONALIDAD EFICAZ	33
2.2.1.1. DEFINICIÓN DE PERSONALIDAD	33
2.2.1.2. DEFINICIÓN DE PERSONALIDAD EFICAZ	34
2.2.1.3. CLASIFICACIÓN DE LA PERSONALIDAD EFICAZ	35
2.2.1.4. DIMENSIONES DE LA PERSONALIDAD EFICAZ.....	35
2.2.1.5. OTRAS TEORÍAS RELACIONADAS A LA PERSONALIDAD EFICAZ	37
2.2.2. ACERCA DEL AUTOCONCEPTO FÍSICO.....	39
2.2.2.1. DEFINICIÓN DE AUTOCONCEPTO.....	39
2.2.2.2. FACTORES ASOCIADOS AL AUTOCONCEPTO.....	39
2.2.2.3. DEFINICIÓN DEL AUTOCONCEPTO FÍSICO	40
2.2.2.4. RELACIÓN ENTRE EL AUTOCONCEPTO GENERAL Y EL AUTOCONCEPTO FÍSICO.....	41
2.2.2.5. DIMENSIONES DEL AUTOCONCEPTO FÍSICO.....	41
2.2.2.6. MODELOS TEÓRICOS RELACIONADOS AL AUTOCONCEPTO.....	41
2.2.2. ACERCA DE LOS JÓVENES	43
2.2.2.1. DEFINICIÓN DE JUVENTUD.....	43
2.2.2.2. CARACTERÍSTICAS DE LOS JÓVENES	43
2.2.2.3. DESARROLLO DIMENSIONAL DE LOS JÓVENES	44
2.2.2.4. LA JUVENTUD Y EL DESARROLLO PROFESIONAL	45
2.3. MARCO CONCEPTUAL.....	45
CAPITULO III	46
RESULTADOS	46
CAPITULO IV	55

ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	55
CAPITULO V.....	67
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	67
CAPITULO VI.....	71
REFERENCIAS Y ANEXOS	71
6.1. REFERENCIAS.....	72
6.2. ANEXOS	79
ANEXO 1. CONSENTIMIENTO INFORMADO	79
ANEXO 2. CUESTIONARIO DE PERSONALIDAD EFICAZ	80
ANEXO 3. CUESTIONARIO DE AUTO CONCEPTO FÍSICO.....	82
ANEXO 4. PRUEBA DE NORMALIDAD.....	85
ANEXO 5. PRUEBAS PILOTO PARA LOS INSTRUMENTOS	87

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1 POBLACIÓN DE ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA	22
TABLA 2 MUESTRA DE ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA.....	23
TABLA 3 NIVEL DE PERSONALIDAD EFICAZ EN LOS ESTUDIANTES	47
TABLA 4 NIVEL DE PERSONALIDAD EFICAZ EN LOS ESTUDIANTES	48
TABLA 5 NIVEL DE AUTO CONCEPTO FÍSICO SEGÚN DIMENSIÓN EN ESTUDIANTES.....	49
TABLA 6 CORRELACIÓN DE LA PERSONALIDAD EFICAZ CON EL AUTO CONCEPTO FÍSICO.....	50
TABLA 7 CORRELACIÓN DE LA DIMENSIÓN AUTORREALIZACIÓN ACADÉMICA DE LA PERSONALIDAD EFICAZ CON LAS DIMENSIONES DEL AUTO CONCEPTO FÍSICO	51
TABLA 8 CORRELACIÓN DE LA DIMENSIÓN AUTORREALIZACIÓN SOCIAL DE LA PERSONALIDAD EFICAZ CON LAS DIMENSIONES DEL AUTO CONCEPTO FÍSICO	52
TABLA 9 CORRELACIÓN DE LA DIMENSIÓN AUTOEFICACIA RESOLUTIVA DE LA PERSONALIDAD EFICAZ CON LAS DIMENSIONES DEL AUTO CONCEPTO FÍSICO	53
TABLA 10 CORRELACIÓN DE LA DIMENSIÓN AUTOESTIMA DE LA PERSONALIDAD EFICAZ CON LAS DIMENSIONES DEL AUTOCONCEPTO FÍSICO	54
TABLA 11 PRUEBA DE NORMALIDAD DE KOLMOGOROV-SMIRNOV DE LAS PUNTUACIONES EN EL INVENTARIO DE PERSONALIDAD EFICAZ EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO.....	85
TABLA 12 PRUEBA DE NORMALIDAD DE KOLMOGOROV-SMIRNOV DE LA ESCALA DE AUTOCONCEPTO FÍSICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO	86
TABLA 13 EVALUACIÓN DE ÍTEMS A TRAVÉS DEL COEFICIENTE DE CORRELACIÓN ÍTEM-TEST CORREGIDO DEL CUESTIONARIO DE AUTOCONCEPTO FÍSICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO	87
TABLA 14 EVALUACIÓN DE ÍTEMS A TRAVÉS DEL COEFICIENTE DE CORRELACIÓN ÍTEM-TEST CORREGIDO DE LA ESCALA DE PERSONALIDAD EFICAZ EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO	88
TABLA 15 CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DE PERSONALIDAD EFICAZ EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO.....	89
TABLA 16 CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO DE CUESTIONARIO DE PERSONALIDAD EFICAZ EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO	90

RESUMEN

La presente investigación analizó la correlación entre personalidad eficaz y auto concepto físico en estudiantes de la escuela de psicología de una universidad privada de Trujillo, con un método sustantivo, no experimental, correlacional y transversal, en una muestra de 260 universitarios de ambos sexos, administrando el cuestionario de personalidad eficaz adaptado en Trujillo por Abanto (2017) y el cuestionario de autoconcepto físico, adaptado en Trujillo por Olivera en 2017. Se obtuvo una correlación directa, altamente significativa ($p < .01$) con tamaño de efecto medio, por lo que se concluye que existe relación entre las variables, encontrándose una relación directa altamente significativa.

Palabras clave: Personalidad Eficaz, Auto Concepto Físico, jóvenes.

ABSTRACT

The present investigation analyzed the correlation between effective personality and physical self-concept in students of the psychology school of a private university in Trujillo, with a substantive, non-experimental, correlational and transversal method, in a sample of 260 university students of both sexes, administering the effective personality questionnaire adapted in Trujillo by Abanto (2017) and the physical self-concept questionnaire, adapted in Trujillo by Olivera in 2017. A direct, highly significant correlation ($p < .01$) was obtained with the mean effect size; therefore, it is concluded that there is a relationship between the variables, finding a highly significant direct relationship.

Keywords: Effective Personality, Physical Self Concept, young people.

CAPITULO I
MARCO METODOLÓGICO

1.1. El problema

1.1.1. Delimitación del problema

Durante estos tiempos, nuestra sociedad presta cada vez más atención al desarrollo de habilidades que contribuyan al buen entendimiento, respeto y desarrollo personal. Otros factores como la felicidad, la resiliencia y la autoeficacia también se han vuelto relevantes; en vista de ello, Del Buey y Palacios (2012) fomentan la idea de personalidad eficaz, considerado un tipo de personalidad que permite a las personas poder interrelacionarse debidamente, responder a las exigencias del entorno, mostrar empatía y comunicarse adecuadamente con los demás, esto se puede lograr cuando las personas comprenden y controlan sus emociones y pensamientos, desarrollando mejores habilidades para diversas situaciones.

Una personalidad eficaz en los estudiantes universitarios será clave para que puedan afrontar los cambios actuales que se dan a nivel tecnológico, social y educativo, además de permitirles sentirse motivados hacia el aprendizaje, enfrentar los retos académicos, resolver problemas, generar vínculos sociales adecuados mediante la empatía y respeto, es por ello que es relevante no solo darle énfasis a la parte educativa, sino también dar importancia a desarrollar estudiantes con personalidad eficaz (Bustamante et al., 2014).

Durante la etapa universitaria, los estudiantes atraviesan una serie de cambios en sus estilos de vida que pueden llegar a afectar su auto concepto físico, como la socialización, disminución de la práctica deportiva habitual y alimentación poco saludable, a ello se le suma los estándares de belleza impuestas por la sociedad, causándoles preocupaciones por su aspecto físico o que se sientan menos atractivos físicamente, generando que no se lleguen a sentirse bien consigo mismos (Quiñones, 2016).

Esta problemática se agrava aún más si se toma en cuenta que un auto concepto negativo podría desencadenar problemas de conducta alimentaria en los estudiantes universitarios, tal como lo mencionan Goñi y Rodríguez (citados en Chacón et al., 2016), quienes manifiestan que los universitarios que poseen menor auto concepto físico que sus

compañeros, son propensos a adoptar conductas alimentarias de riesgo que desencadenan en trastornos de conducta alimentaria los cuales están presentes en los estudiantes universitarios a nivel mundial con una prevalencia entre el 10% y 20% de ellos (Chacón et al., 2016).

A nivel mundial, con respecto a la personalidad eficaz, según Camacho (2019) la personalidad eficaz es un proceso complejo e indispensable en esta sociedad del conocimiento llena de dificultades, obstáculos, contradicciones y cambios que el ser humano tiene que afrontar en una competencia, la descripción etimológica la refiere como la facultad de pensar sobre cualquier tema, contenido o problema utilizando como herramientas la reflexión y la racionalidad. En Estados Unidos, la American College Health Association (ACHA, 2019) refiere que alrededor de 55 mil estudiantes, el 80.8% cuenta con una buena salud. La personalidad eficaz es un conjunto de características necesarias para el desarrollo de las diversas actividades humanas y que les permiten enfrentar adecuadamente las exigencias y desafíos que tiene un mundo en constante transformación (Camacho, 2019).

A nivel de Latinoamérica, con respecto a la personalidad eficaz, la Universidad Austral de Chile (UACH, 2018) en los resultados de su informe se evidenció que el 50% de mujeres experimentaron dificultades en su desenvolvimiento con varones. En Orbegoso (2019), en universitarios de Medellín, en Colombia, el 13,6% se muestran autoritarios y con conductas ofensivas con sus familiares y en sus relaciones interpersonales.

Si las personas tuvieran una personalidad eficaz podrían interactuar apropiadamente, respondiendo de manera óptima a los problemas que acurren en su medio, siendo empático y capaz de realizar una interacción apropiada con las demás personas; asimismo, la asertividad es una herramienta actitudinal muy importante que permite al estudiante relacionarse con otras personas con confianza y seguridad en sí mismo y para resolver con prudencia los conflictos que surgen en las relaciones que establezca con los demás (Casas y Requena, 2021).

A nivel nacional, con respecto a la personalidad eficaz, Sausa (2018) indica que el Instituto de salud mental en 2017, se atendieron 163,800 casos, representando un 18.5%

por dificultades en su comportamiento. Vílchez et al. (2016), citado en Salinas (2020), en su estudio en diferentes facultades de medicina, el 77.69% de estudiantes de pregrado no concilia adecuadamente el sueño, generando diferentes alteraciones en su salud. El Ministerio de Salud (2018) informó que cerca de 295 mil personas tienen limitaciones permanentes para poder relacionarse con otras personas, debido a las dificultades en sus sentimientos, pensamientos, conductas o emociones (Casas y Requena, 2021).

A nivel local, con respecto a la personalidad eficaz, a falta de un adecuado autoconcepto las personas tienen una mala valoración de si mismas, siendo el 63% mujeres (ENDES, 2018, citado en Agurto, 2020).

En contraste con el autor Martín del Buey, citado en Ugaz (2018), se podría establecer que un alumno que posee ciertos rasgos, considerados propios de una personalidad eficaz, en los diversos contextos psicosociales en que participe, se caracterizaría por: un amplio conocimiento de sí mismo (auto concepto) y una adecuada valoración de sí mismo (autoestima); motivación para estudiar y para afrontar los retos que el campo educativo le ofrece (motivación); esperanza de conseguir aquello que se propone (expectativas) valorando en todo momento cuáles son las causas de lo que le ocurre (atribuciones); sabiduría para afrontar eficazmente los impedimentos que surjan al tratar de conseguir aquello para lo que está motivado (afrontamiento de problemas) y para elegir la mejor opción entre las muchas alternativas que implican las diversas decisiones (toma de decisiones); y capacidad para convivir en un ambiente social en el que tendrá que interactuar con otros sabiendo expresar sus opiniones y sentimientos sin ofender a los demás (asertividad, empatía y comunicación).

Todas las capacidades de aprender con independencia, tener autonomía, construir los propios conocimientos, saber buscar la información, es decir tener un aprendizaje significativo que implique dar sentido y significados propios a lo que se aprende, relacionándolo con los aprendizajes previos y además de ello ser consiente de este aprendizaje, que haga que el estudiante sea competente y auto eficaz, es el signo distintivo de la educación de hoy y es que la confianza que un estudiante tiene en sus propias capacidades es decisiva para que lleve a cabo, o no, una tarea. El tener una autoeficacia

personal, es esencial para potenciar el rendimiento del estudiante, la capacidad de aprender además de que reduce los efectos negativos de las situaciones externas que son motivo de estrés (Ugaz, 2018).

El auto concepto físico hace referencia a la forma en cómo se observa un individuo a sí mismo y sus detalles físicos corporales, orientándose a un aspecto deportivo en el ámbito social, con apreciación física y sus destrezas al ejecutar algún deporte. Y un segundo aspecto entorno a la belleza y atracción, de visualizarse elegante e interesante (Zúñiga, 2018). Durante la etapa de estudios universitarios se generan una serie de cambios en las conductas de las personas, desde el proceso de su adaptación hasta la adopción de su personalidad definitiva.

A nivel mundial, con respecto al autoconcepto físico, OMS (2019), citado en Agurto (2020), en todo el mundo un 35 % las mujeres están siendo menospreciadas, dentro y fuera del ambiente familiar. Según la ONU (2019), citado en Agurto (2020), en Europa, las mujeres tienen dudas acerca de su concepto físico desde los 15 años, siendo más frecuente entre las que tienen entre 18 y 29 años. ONU mujeres (2019), en Australia 2 de cada 5 mujeres a partir de los 15 tienen dificultades para aceptarse físicamente por verbalizaciones de sus compañeros hombres, descuidando su salud física.

El autoconcepto físico conforma uno de los principales dominios del autoconcepto general, dentro de una concepción jerárquica y multidimensional, diferenciándose en el mismo cuatro dimensiones o subdominios: la habilidad física, la condición física, el atractivo físico y la fuerza. Esta concepción del autoconcepto exige abordar su relación con la variable, como la actividad física, no ya desde una perspectiva global del mismo sino atendiendo diferencialmente a las dimensiones de cada uno de sus dominios (Huamanchumo, 2021).

A nivel de Latinoamérica, con respecto al autoconcepto físico, González (2018) citado en Vidal (2021), en Ecuador, el 81% de estudiantes percibía una falta de satisfacción hacia su vida y el 82% cuenta con apoyo social. En jóvenes universitarios americanos durante el 2015, el 23% de mujeres fueron agredidas al no hacer respetar su juicio personal, el 28% denunció directamente a las autoridades (ONU mujeres, 2019).

La percepción que una persona tiene de sí misma, se sustenta en razón a que su autoconcepto físico como universitarios se da desde un enfoque psicológico, apoyándose que la práctica de una actividad física regular, estable y moderada ayuda a mejorar tanto la salud física como la psicológica; la autoestima, como sentimiento valorativo de identidad, estructurada por aspectos corporales, mentales y espirituales quizá no sea la más adecuada y necesita ser fortalecida; como señala Goñi e Infante, verifican que las autopercepciones físicas mejoran participando en actividades físicas (Fuentes, 2017).

En Zúñiga (2018), indican cuatro factores determinantes que influyen en el autoconcepto: 1) La actitud o motivación, es la reacción natural frente a situaciones después de ser analizadas positiva o negativamente, siendo un mecanismo de estímulo y respuesta; 2) Esquema corporal, es la apreciación sobre nuestro cuerpo influenciada la cultura, costumbres, esquemas mentales y emociones. 3) Las aptitudes, se basan en nuestras acciones basadas en inteligencia y las habilidades sociales; 4) Valoración externa, siendo el punto de vista que tienen las personas sobre uno mismo a través de elogios y reconocimiento.

Por lo anterior descrito, en la casa de estudios de la presente investigación; los estudiantes de psicología pueden percibir la necesidad de tener que sobresalir en lo personal, curricular universitario o a nivel familiar; incluso varios de ellos buscan algún soporte para adaptarse más fácilmente integrándose y puedan llevar a cabo sus propósitos con algún tipo de ayuda, ya que al integrarse socialmente pueden compartir experiencias, conocimientos y vivencias, y ayudarles a formar una mejor personalidad eficaz y percepción de auto concepto, ya que las personas que tienen una buena imagen de sí mismos, suelen ser más sociables, persistentes ante su tareas, metas; pero también se observaron grupos de estudiantes que no buscan por sí mismos ese soporte, siendo vulnerables a las consecuencias de tener alguna inestabilidad a nivel social que impida un aprendizaje significativo en su formación profesional, teniendo algún vacío de tipo emocional, mostrando una actitud pesimista, no expresando sentir felicidad en momentos específicos, incluso se mostraron menos competentes académicamente, con diferentes cambios a nivel emocional, entre otros ya que pueden estar expuestos a diversas situaciones problemáticas durante su formación profesional, como estrés académico,

ansiedad ante los exámenes, bullying, insatisfacción corporal, desmotivación, incluso las mismas exigencias académicas y el perfil profesional que deben lograr durante los años que pasan en las aulas, el cual es caracterizado por la escucha empática, la capacidad analítica y la búsqueda de bienestar de las personas; vuelven necesario fomentar en ellos una personalidad eficaz que les permita reconocer sus propias capacidades y debilidades, ser empáticos, optimistas, expresar mejor sus emociones y tener confianza en su propio físico, pues lograr que ellos tengan un buen auto concepto físico servirá como base para un auto concepto general positivo que propiciará un adecuado desenvolvimiento a nivel social, profesional y personal, inclusive será importante para lograr la satisfacción personal. En consecuencia, resulta importante investigar la asociación entre personalidad eficaz y auto concepto físico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo, debido a que el auto concepto es considerado un constructo importante en la integración de la personalidad.

1.1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre personalidad eficaz y el auto concepto físico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo?

1.1.3. Justificación del estudio

Esta investigación enfocada en personalidad eficaz y autoconcepto físico en estudiantes es de gran relevancia porque:

Esta investigación resulta conveniente porque permitirá que se generen nuevas investigaciones, para profundizar el estudio de ambas variables, siendo el tema tratado poco abordado en el Perú y por la facilidad propia del investigador para interactuar con la muestra poblacional, facilitando el proceso de investigación.

Desde la perspectiva social, según los resultados obtenidos, el conocer los indicadores de ambas variables pueden brindar un mejor acercamiento acerca de las maneras en cómo se desenvuelven los jóvenes universitarios; de tal modo que permita un abordaje favorable de parte de la escuela profesional de psicología en beneficio de los

estudiantes, mejorando sus condiciones para un adecuado desenvolvimiento personal y profesional.

A nivel teórico, el trabajo es básico para el contraste de la hipótesis de estudio en los universitarios de esta localidad; de esta manera, se puede asociar a nuevas variables y potenciar una mayor comprensión de los modelos teóricos, que ayude a inferir de la personalidad eficaz y autoconcepto físico en universitarios.

A nivel práctico, el resultado de la investigación, los expertos en salud mental, como psicólogos podrán implementar estrategias de intervención que emplearán en su labor diaria para lograr que los estudiantes logren una personalidad eficaz y un adecuado auto concepto físico.

1.1.4. Limitaciones

La generación de confiabilidad por consistencia interna de los resultados debe ser en individuos con características similares al presente estudio.

El estudio se sustenta en la teoría propuesta por Del Buey et al (2006) acerca de la personalidad eficaz y la teoría de Goñi et al (2006) acerca del autoconcepto físico.

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivo general

Analizar la relación entre personalidad eficaz y auto concepto físico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

1.2.2. Objetivos específicos

Identificar los niveles de personalidad eficaz en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Identificar los niveles de auto concepto físico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Establecer la relación entre autorrealización social de personalidad eficaz y habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, auto concepto físico general y

auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Establecer la relación entre autorrealización académica de personalidad eficaz y habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, auto concepto físico general y auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Establecer la relación entre autoeficacia resolutive de personalidad eficaz y habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, auto concepto físico general y auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

Establecer la relación entre Autoestima de personalidad eficaz y habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, auto concepto físico general y auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

1.3. Hipótesis

1.3.1. Hipótesis general

H1: Existe relación entre personalidad eficaz y auto concepto físico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

1.3.2. Hipótesis específicas

H1: Existe relación entre autorrealización social de personalidad eficaz y habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, auto concepto físico general y auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

H2: Existe relación entre autorrealización académica de personalidad eficaz y habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, auto concepto físico general y auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

H3: Existe relación entre autoeficacia resolutive de personalidad eficaz y habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, auto concepto físico general y auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

H4: Existe relación entre autoestima de personalidad eficaz y habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, auto concepto físico general y auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.

1.4. Variables e indicadores

Variable e indicadores 1: Personalidad Eficaz (Ver anexo 2), mediante el cuestionario de personalidad eficaz:

- Autorrealización social
- Autorrealización académica
- Autoeficacia resolutive
- Autoestima

Variable e indicadores 2: Auto concepto físico (Ver anexo 3), mediante el cuestionario de auto concepto físico:

- Habilidad física
- Condición física
- Atractivo físico
- Fuerza
- Auto concepto físico general
- Auto concepto general

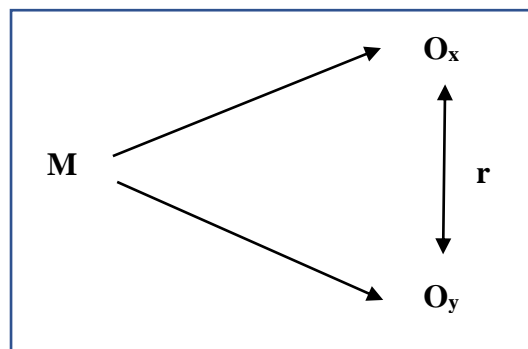
1.5. Diseño de ejecución

1.5.1. Tipo de investigación

Hernández y Mendoza (2018), Es de tipo sustantiva porque se suscita en un lugar específico, realizando una explicación general acerca de un fenómeno. Es transversal al recolectarse los datos en un momento específico.

1.5.2. Diseño de investigación

Hernández y Mendoza (2018), mencionan que un estudio no experimental prescinde de la manipulación de variables, teniendo la función de observación y medición. Siendo transversal al recolectarse los datos en un momento específico. Y también refieren que el diseño correlacional consiste en asociar entre dos variables bajo un determinado momento.



Dónde:

M: Estudiantes de una universidad privada de Trujillo.

O_x: Personalidad eficaz.

O_y: Auto concepto físico.

r: Relación de las variables de estudio: Personalidad eficaz y Auto concepto físico.

1.6. Población y muestra

1.6.1. Población

Para la actual investigación se cuenta con una población de 723 universitarios de psicología, de ambos sexos, matriculados en el periodo académico 2019-20.

Tabla 1

Población de estudiantes de psicología

Ciclo de estudio	N	%
I	59	8,2%
II	101	14,0%
III	69	9,5%
IV	98	13,6%
V	69	9,5%
VI	72	10,0%
VII	54	7,5%
VIII	75	10,4%
IX	51	7,1%
X	75	10,4%
Total	723	100%

1.6.2. Muestra

Para la actual investigación se cuenta con una población de 260 universitarios de psicología, de ambos sexos, matriculados en el periodo académico 2019-20.

Tabla 2

Muestra de estudiantes de psicología

Ciclos de estudios	N	%
I	21	8,2
II	36	14,0
III	25	9,5
IV	35	13,6
V	25	9,5
VI	26	10,0
VII	20	7,5

VIII	27	10,4
IX	18	7,1
X	27	10,4
Total	260	100,0

Criterios de inclusión:

- Alumnos y alumnas matriculados en el 2019
- Estudiantes que voluntariamente acceden a participar en la investigación.
- Cuestionarios de evaluación debidamente completados

Criterios de exclusión:

- Alumnos y alumnas que optan no participar en el estudio.

1.6.3. Muestreo

Utilizando un muestreo probabilístico estratificado, cada alumno de cada ciclo, puede formar parte de la muestra probabilísticamente. Este tipo de muestreo mejora la precisión del cálculo porque necesita ser calculado independientemente de cada subgrupo de la población (Sheaffer y Mendenhall, 2007).

Se realizó el siguiente proceso:

$$n = \frac{N * Z^2 * PQ}{(N - 1) * E^2 * Z^2 * PQ}$$

Donde:

P: La proporción de elementos con la característica de interés.

Q: La proporción de elementos sin características de interés.

Z: Valor de distribución normal estándar

E: Error muestreo

N: Tamaño población

n: Tamaño de muestra

Suponiendo 95% de confianza ($Z = 1.96$), 4.86% de error de muestreo ($E = 0.0486$) y varianza máxima ($PQ = 0.25$, $P = 0.5$ y $Q = 0.5$), se determina que la muestra está compuesta por 260 personas.

1.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

La psicometría, es la disciplina relacionada con la psicología que se encarga de establecer y diseñar las herramientas y métodos con los que se pueden medir las variables psicológicas (Hernández y Mendoza, 2018).

Instrumentos

Instrumento 1: Personalidad Eficaz

El Cuestionario de Personalidad Eficaz elaborado originalmente por Martín del Buey et al. (2004), adaptado posteriormente por Dapelo et al. (2006) en Chile, quienes redujeron la cantidad original de ítems; se hace uso de la adaptación en Trujillo por Abanto (2017) a partir de la adaptación chilena. Es un instrumento conformado por 23 reactivos que miden la personalidad eficaz, y que se distribuyen en: autorrealización social, y académica, autoeficacia resolutive y autoestima. La gestión se divide en individual y colectiva, y el tiempo estimado es de 20 minutos. La respuesta es el estilo Likert, con opciones que van del uno al cinco. Respecto a la calificación del instrumento, todos los ítems se califican de forma directa, con cinco alternativas de respuesta, siendo 1 nunca y 5 siempre. Además, la adaptación realizada en Trujillo ofrece normas en percentiles.

Originalmente, Martín del Buey et al. (2004) elaboraron el cuestionario quedando conformado por 58 ítems, los cuales fueron reducidos a 23 ítems por Dapelo et al. (2006), Dividido en cuatro dimensiones:

Autorrealización académica: reactivos 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8.

Autorrealización social: reactivos 9, 10, 11, 12, 13 y 14.

Autoeficacia resolutiva: reactivos 15, 16, 17, 18 y 19.

Autoestima: reactivos 20, 21, 22 y 23.

Validez del instrumento

Original: Dapelo et al. (2006) realizaron análisis factorial para comprobar las evidencias de validez del instrumento, hallando para los 23 ítems, cargas factoriales con valores que se encontraban entre .426 y .865, concluyendo que efectivamente los ítems miden la variable personalidad eficaz

Adaptación: Abanto (2017) en la adaptación realizada en Trujillo realizó análisis factorial confirmatorio, encontrando pesos factoriales entre .35 y .81, además los índices mostraron un buen ajuste al modelo tetrafactorial, concluyéndose que la prueba cuenta con evidencias de validez.

Piloto del estudio: Los resultados presentados en la tabla 14 (Ver anexo 5), corresponden a los coeficientes de correlación Ítem-escala corregidos, de la Escala de Personalidad eficaz, evidenciando que veintiuno de los ítems que constituyen la escala presentan índices de correlación ítem-escala corregidos con valores que oscilan entre .209 a .638, superando al valor mínimo establecido de .20; En tanto que los ítems trece y catorce presentan coeficientes de correlación ítem-test corregidos menores a .20; sin embargo son significativos por tanto contribuyen en medir lo que se pretende medir

Confiabilidad del instrumento

Original: Dapelo et al. (2006) hallaron la confiabilidad del cuestionario por medio del coeficiente alfa, que tomó un valor de .84 para escalas generales y valores de subescala intermedios .72 y .80, concluyendo que la prueba tiene confiabilidad buena.

Adaptación: Abanto (2017) obtuvo un índice Omega en la escala general de .761 y los valores de la subescala entre 0,717 y .844 son los mismos, lo que indica que el cuestionario tiene una fiabilidad aceptable.

Piloto del estudio: En la tabla 16 (Ver anexo 5), se observa la confiabilidad por consistencia interna mediante el coeficiente alfa de Cronbach en estudiantes de una universidad privada de Trujillo, del modelo estructurado en veintitrés ítems; observando que el coeficiente alfa de Cronbach a nivel general de ,808 que corresponde a un nivel de confiabilidad muy bueno.

Instrumento 2: Auto concepto físico

El cuestionario de auto concepto físico elaborado por Goñi, Ruiz y Rodríguez (2006) en Madrid, y adaptado en Trujillo por Olivera en 2017, explora el autoconcepto físico en individuos a partir de los 12 años hasta la adultez. Cuenta con 36 ítems, con escala Likert de cinco alternativas. Se gestiona de forma individual o colectiva, en unos 15 minutos. Se corrige manualmente asignando de 1 a 5 puntos para los ítems escritos directamente, donde 1 punto es incorrecto y 5 puntos son correctos, así como los ítems indirectos, previamente resaltados en negrita, donde la calificación se invierte. La sumatoria resulta en cada escala, luego se registrarán cada una en sus respectivos recuadros y se convertirán en puntajes percentiles utilizando la escala correspondiente a cada una de las seis escalas para hacer un resumen de la evaluación.

La prueba consta de 36 ítems, distribuidos entre los siguientes seis factores:

Habilidad física (H): Ítems: 1, 6, 17, 23, 28, 33.

Condición Física (C). Ítems: 2, 7, 11, 18, 24, 29.

Atractivo Físico (A). Ítems: 8, 12, 19, 25, 30, 34.

Fuerza (F): Ítems 3, 9, 13, 20, 31, 35.

Auto concepto Físico General (AFG): Ítems 4, 14, 16, 21, 26, 36.

Auto concepto General: Ítems 5, 10, 15, 22, 27, 32.

Validez del instrumento

Original: La validez de constructo por Goñi et al. (2006) mediante análisis factorial, reportando cargas factoriales entre .423 y .814 para todos los reactivos, por tanto, el cuestionario mide efectivamente auto concepto físico.

Adaptación: La adaptación de Trujillo utilizada en esta encuesta realizada por Olivera (2017) demostró la validez estructural a través de la correlación ítem-prueba, ya que el valor encontrado fue mayor a 0,20.

Piloto del estudio: En la tabla 13 (Ver anexo 5), se observa que em el Cuestionario de Autoconcepto Físico aplicado a estudiantes de una universidad privada de Trujillo, los ítems que lo conforman presentan índices de correlación ítem-test-corregidos que oscilan em el rango de mayores a .20, establecido como valor mínimo aceptable com valores dentro del rango de ,270 a 540.

Confiabilidad del instrumento

Original: Goñi et al. (2006) obtuvo valores alfa entre .79 y .88 para la escala total y las subescalas, es decir la prueba cuenta con una buena confiabilidad.

Adaptación: Olivera (2017) determinó la confiabilidad con el coeficiente alfa, con valores entre .670 y .800 para todas las subescalas, es decir, la prueba cuenta con una confiabilidad aceptable.

Piloto del estudio: En la tabla 15 (Ver anexo 5), se presenta la confiabilidad según el coeficiente alfa de Cronbach de la Escala de las escalas del Cuestionario de Autoconcepto Físico, en estudiantes de una universidad privada de Trujillo, apreciando que las escalas Habilidad deportiva, Condición Física, Atractivo Físico, Fuerza, Autoconcepto Físico General y Autoconcepto General, evidencian una confiabilidad aceptable en la población investigada, con valores que oscilan entre ,601 a ,685.

1.8. Procedimiento de recolección de datos

Se realizó un encuentro con docentes universitarios para dar a conocer el propósito de esta investigación, y se explicó verbalmente que permitieran el ingreso a sus aulas; una vez obtenida la aceptación oral, se desarrollaron formalmente los documentos y se

coordinaron las fechas de investigación. El día de uso del instrumento, se explicó a los estudiantes el motivo de la evaluación y el formulario de consentimiento informado, para que la participación sea voluntaria, y luego se mencionó en voz alta los dos protocolos de prueba que contienen ítems, opciones de respuesta e instrucciones a seguir, seguimos comprobando si todos los acuerdos se han completado correctamente, seguimos completando la base de datos.

1.9. Análisis estadístico

Luego de la utilización de los instrumentos de recopilación de datos, y así poder establecer la correlación entre Personalidad eficaz y Autoconcepto físico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo, se elaboró la base de datos para poder realizar el procesamiento y análisis de los mismos, utilizando técnicas y métodos que proporcionan el registro estadístico tanto descriptivo como inferencial, tales como:

Para verificar el supuesto de normalidad, se consideró aplicar la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov (González, Abad, & Levy, 2006); el análisis del proyecto utilizará el coeficiente de correlación ítem test corregido y el valor mínimo de referencia. 20 para determinar si existe evidencia de que estos ítems ayuden a cuantificar lo que se pretende medir (Kline, 1982; Tapia y Luna, citados en 2010).

Para evaluar la confiabilidad de las dos pruebas se utilizará el coeficiente alfa de Cronbach, referido por Morales (2011) como un coeficiente de fiabilidad que indica la capacidad discriminatoria de una escala o test; los coeficientes de referencia se estimarán en el tiempo con un intervalo de confianza del 95% (Hernández, Fernández y Baptista; 2014).

Para analizar la correlación entre las variables investigadas, se utilizará el coeficiente de correlación rho de Spearman o r de Pearson para la prueba de comparación de hipótesis con base en los resultados de la prueba de normalidad. De manera similar, para determinar el grado de correlación entre las variables.

CAPITULO II
MARCO REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Internacional

Infante, et al. (2016), en España, evaluaron la eficacia de un nuevo programa de intervención sobre el autoconcepto físico implementado desde una perspectiva cognitiva, en 169 universitarios, con un método pre experimental, con pre y post test, aplicando las escalas de condición, autoconcepto físico general y autoconcepto general, resultando En el grupo control la escala de autoconcepto físico general ($t = -3.247$; $p = .003$) muestra un cambio, pero al obtener el tamaño de efecto y su intervalo de confianza, se tuvo una falta de significatividad. En el grupo de estudiantes que cumplimenta el programa, las puntuaciones post-test muestran diferencias estadísticamente significativas y superan las medias pre-test en tres de las escalas del AFI: condición ($t = -5.734$; $p < .000$). concluyendo que el programa tiene una potencial eficacia en sus seis semanas.

Tapia (2015), en Chile, estableció la relación entre los constructos de personalidad eficaz y las competencias emocionales intrapersonales e interpersonales en contextos universitarios, en 223 estudiantes, con método exploratoria, no experimental y transaccional, usando Cuestionario de Personalidad Eficaz en el Ámbito Universitario (PECED) de Dapelo y Martín Del Buey (2006) y la inteligencia emocional de Daniel Goleman, adaptado a contextos universitarios chilenos por Tapia (2010), resultando que las variables se relacionan ($p < 0.05$), no hubo diferencias en razón al género ($p > 0.05$), concluyendo que existe relación entre la personalidad eficaz y la inteligencia emocional, no existen diferencias en relación al género en relación a los tipos de personalidad eficaz; y la inteligencia emocional mejora las características de la personalidad eficaz.

Bueno, et al (2014), en Chile, determinaron si existen diferencias en la personalidad eficaz debido al sexo de los universitarios chilenos, con método aplicada, descriptivo y no experimental, en 736 universitarios, siendo 517 mujeres y 219 varones, aplicando el Cuestionario Personalidad Eficaz-Universidad (CPE-U) (Dapelo y Martín del Buey, 2006), resultando que existen diferencias estadísticamente significativas en los factores de: Autoestima ($t = -3,039$, $p = ,002$); Autorrealización Académica ($t = 2,331$, $p = ,020$); y Autoeficacia Resolutiva ($t = -3,464$, $p = ,001$). No hay diferencias significativas en

Autorrealización Social ($t = -.967$, $p = .334$). Concluyendo que existen diferencias según género en autoestima, autorrealización académica, autoeficacia resolutiva, mas no en la autorrealización social. En la autoestima, los varones tienen puntajes más altos que las mujeres. En la autorrealización académica las mujeres obtuvieron un mayor puntaje que los varones. En autorrealización social, mujeres y varones obtuvieron puntajes similares.

2.1.2. Nacional

Núñez (2021), en Lima, asoció la personalidad y las estrategias metacognitivas en universitarios, con un método no experimental, transversal, correlacional. En 78 estudiantes, usando Test de los 5 factores y la Escala del Acra. Se evidencia correlación ($r = .563$, $p \text{ valor} = .000$), a nivel dimensional se asemeja al concepto de personalidad eficaz en sus dimensiones: apertura a la experiencia, extraversión, amabilidad, responsabilidad. Concluyendo que hay asociación entre variables.

Zúñiga (2018), en Lima, asoció el bienestar psicológico y autoconcepto en 260 universitarios de diversas profesiones desde el primer al quinto ciclo, con un método descriptivo, correlacional, no experimental, usando la escala de bienestar psicológico y el cuestionario AF5. Resultando una correlación $r = .449^{**}$, < 0.01 . además, la dimensión autoconcepto físico se percibió en un nivel promedio (52,3%). se concluye que las variables se asocian.

2.1.3. Regional y local

García (2021), en Chiclayo, determinó si la personalidad y la desregulación emocional se relacionan, con un método no experimental y correlacional, en 110 universitarios, usando el Big Five 15-P y la escala de dificultades de la regulación emocional. Obteniendo una relación positiva ($p < 0.05$), a nivel dimensional se asemeja al concepto de personalidad eficaz: Extraversión, afabilidad, responsabilidad, apertura. concluyendo que las variables se asocian.

García (2021), en Chiclayo, determinó la relación entre personalidad y actitudes hacia el machismo, con un método predictivo, transversal, no experimental, en 470 universitarios, aplicando el Big five, escala de actitudes hacia el machismo y la escala

EASIS-U. obteniendo que los modelos se explican al 12% y 13%, a nivel dimensional se asemeja al concepto de personalidad eficaz: Extraversión, afabilidad, responsabilidad, apertura. Concluyendo que los resultados son adecuados.

Saavedra (2021), en Trujillo, relacionó el autoconcepto y el sentido del humor, en 247 universitarios, con un método descriptivo, correlacional, aplicando el Cuestionario AF5 y el Cuestionario HSQ. Resultando una correlación significativa y positiva ($p < .01$), en autoconcepto físico obtuvo un nivel medio (47,8%), concluyendo que existe asociación entre variables.

Orbegoso (2019), en Trujillo, determinó la relación existente entre personalidad y desesperanza, con un método descriptivo y correlacional, en 210 universitarios, aplicando el Big Five y la Escala BHS. Resultando que hay asociación inversa ($p < 0.05$), a nivel dimensional se asemeja al concepto de personalidad eficaz: energía, afabilidad, tesón, estabilidad emocional, apertura mental. concluyendo que las variables se asocian.

Gálvez (2019), en Trujillo, asoció las creencias irracionales y el autoconcepto, con un método Transversal Correlacional, en 371 universitarios, usando el cuestionario AF5 y el test de creencias irracionales, resultando una rho entre -0.11 y -0.27, en autoconcepto físico obtuvo un nivel medio (48,2%). concluyendo en la existencia de correlación inversa.

Fuentes (2017), en Puno, relacionó la actividad física y autoconcepto físico, con un método descriptivo y correlacional, en 1960 universitarios, aplicando un cuestionario para para cada variable, resultando que un 58.9% hacen actividad física y el 77.1% tiene autoconcepto físico promedio. Concluyendo que desarrollan actividad física moderadamente, no alcanzando los índices de la OMS porque la mayoría no practica deporte.

2.2. Marco teórico

2.2.1. Acerca de la Personalidad Eficaz

2.2.1.1. Definición de personalidad

Según Orbegoso (2019) la personalidad sería la globalidad de nuestros pensamientos, emociones y conductas particulares, siendo en otros autores refiriéndose a la misma como:

La personalidad es la integración de características que definen el comportamiento, sean ambientales, de tipo biológicas y hasta sociales (Allport, 1975).

Para Eysenck y Eyseck (1985), la personalidad es un complejo aparentemente estable, cuya duración se denota en su adaptación en el ambiente.

Es una secuencia de características psicológicas, cuyos rasgos provienen de determinantes biológicas y de continuo aprendizaje a partir de un patrón de experiencias de un individuo (Millon, 1998).

Según Heim & Westen (2007), resaltan que la personalidad es dinámica debido a factores conductuales y ambientales; y es variable debido a las características inherentes de la personalidad.

2.2.1.2. Definición de personalidad eficaz

El constructo propuesto por Martín del Buey (2004) es definido como las características que permiten la interacción interpersonal en el entorno (Abanto, 2017).

Según Díaz y Félix (2020), es definida en torno al yo, mediante la asociación con el autoconcepto y la autoestima, el vínculo con la motivación de logro, el manejo y afrontamiento de problemas, con toma de decisiones; y el uso de las habilidades sociales.

La personalidad eficaz se define como la comprensión de las emociones, pensando de forma correcta y expresando conductas saludables en sus interacciones (Anchorena, 2015, citado en Abanto, 2017).

La personalidad eficaz en un estudiante se refleja en su desenvolvimiento social, se denota el saber afrontar situaciones en base al conocimiento y experiencia, haciendo uso de su inteligencia emocional; permitiéndole seguir creciendo en sus diferentes áreas vitales (Hernández y Pina, 2019).

La personalidad eficaz se ve expresa en el grado de confianza que siente el individuo al culminar una tarea, de esta manera se diferencia de las personas que tienen bajos niveles o poca eficacia personal a diferencia de quienes se empeñan por ser mejores (Carhuachin y Galvan, 2019).

De acuerdo con Carhuachin y Galvan (2019), una persona eficaz es alguien que tiene una percepción positiva de sí mismo y se estima, estando en un constante proceso de maduración, resaltando su inteligencia para realizar sus metas, a pesar de las caídas y subidas que acontezca el reto a asumir, lo resuelve de manera creativa, tomando decisiones en base a sí mismo y en relación con los demás, demostrando asertividad y buenas habilidades en su interactuar.

2.2.1.3. Clasificación de la personalidad eficaz

Dapelo et al (2006), citado en Abanto (2017), menciona las siguientes:

1) Autorrealización académica: Es la manera de cubrir las expectativas curriculares, haciendo uso de la motivación y la atribución de éxito como buen estudiante (Zelada, 2019).

2) Autorrealización social: Es la interacción interpersonal empática, empleando habilidades sociales, presentando buenas estrategias de comunicación (Zelada, 2019).

3) Autoeficacia resolutiva: es la capacidad para brindar una solución por medio de una decisión (Zelada, 2019).

4) Autoestima: es el valor propio, con autoaceptación hacia sí mismo (Zelada, 2019).

2.2.1.4. Dimensiones de la personalidad eficaz

Según Granado, et al (2008), el autor Del Buey define la personalidad eficaz como un constructo teórico-empírico compuesto por cuatro dimensiones en torno al yo:

La primera dimensión llamada Fortalezas del yo, que recoge todos aquellos factores relacionados con el autoconcepto y la autoestima y dan respuesta a la pregunta existencial

¿Quién soy yo? y ¿Cómo me valoro? siendo esta primera dimensión como el pilar donde se apoya toda la fuerza de una personalidad eficaz.

La segunda dimensión llamada Demandas del yo y agrupa todos los factores relacionados con la motivación de logro, las atribuciones o locus de control y las expectativas. Da respuesta a la pregunta existencial de ¿Qué quiero?, ¿Qué expectativas tengo de conseguirlo?, y ¿De quién o de qué depende su consecución exitosa?

La tercera dimensión del constructo denominada Retos del yo y agrupa todos aquellos factores relacionados con el afrontamiento de problemas y la toma de decisiones. Responde a la pregunta igualmente existencial de ¿Qué problemas tengo para alcanzar los objetivos?, y ¿Cómo tomo las decisiones?

La cuarta y última dimensión llamada Relaciones del yo y agrupa todos aquellos factores que se han señalado de especial relevancia en el marco de las investigaciones y se relacionan con la comunicación, la empatía y el asertividad.

En síntesis con las habilidades sociales. Responde a las preguntas existenciales de ¿Cómo me comunico?, ¿Cómo intento ponerme en el lugar del otro?, y ¿Cómo interactúo sin dejar de ser uno mismo? Estas cuatro dimensiones, o en su caso los factores que las integran, funcionan de manera interactiva, influyéndose mutuamente, son complementarias entre sí y como tal deben ser consideradas (Del Buey, et al, 2008).

De acuerdo con Martin del Buey et al (2015), citado en Hernández y Pina (2019), este constructo mide diez dimensiones, en cuatro componentes de yo:

I. Fortalezas del yo: según Carhuachin y Galvan (2019), es la habilidad frente a las exigencias, realizándolas bajo un autoconcepto que le permita apreciar sus cualidades según su forma de actuar y pensar, evaluar cada una de sus acciones y consecuencias; y una autoestima para brindar el valor emocional a sus cualidades, en base a sus acciones; y un autocontrol emocional en las habilidades sociales para la gestión de las emociones ante situaciones que generen malestar, incomodidad o inseguridad (Díaz y Félix, 2020).

II. Demandas del yo: según Carhuachin y Galvan (2019), engloba los deseos y esperanzas, generando un entorno hacia las metas a lograr en la vida. Se considera que está

formado por la motivación, con seguridad en sus relaciones, con afecto basado en la sensación de confort, con bienestar en base a una aceptación emocional y física; y una motivación de orgullo en base al reconocimiento social. También se evidencia una atribución en base a juicios adecuados; y expectativas con visión positiva hacia los resultados (Díaz y Félix, 2020).

III. Retos del yo: según Carhuachin y Galvan (2019), hace referencia a las habilidades para hallar soluciones, componiéndose de un afrontamiento de problemas, siendo capaz de analizar la situación y encontrando la solución; tomando decisiones, en base a una meta que se quiera lograr (Díaz y Félix, 2020).

IV. Relaciones del yo: según Carhuachin y Galvan (2019), es la manera de comunicarse de forma adecuada entre individuos, intercambiando conocimientos como emociones, su ausencia generaría conflictos; un oyente asertivo acepta lo que se dice, comprendiendo y mejorando el vínculo con la otra persona mediante una capacidad empática y otra de tipo comunicativa; además de una capacidad asertiva, que permite conocer los límites de dicha relación (Díaz y Félix, 2020).

2.2.1.5. Otras teorías relacionadas a la personalidad eficaz

1) Teoría de Autoeficacia de Bandura: La autoeficacia según Bandura (citado en García, 2015), es una evaluación de las habilidades de una persona y se enfoca en la creencia de satisfacer los recursos necesarios y la capacidad de éxito en un entorno dado. Agregó que la autoeficacia afecta el nivel de cognición, emoción y motivación, por lo que la alta autoeficacia se relaciona con pensamientos y deseos positivos de realizar acciones exitosas, reducir el estrés, la ansiedad y la percepción de amenazas, junto con una adecuada planificación. Lineamientos de actuación y expectativas de excelentes resultados.

La creencia de autoeficacia inicia de diferentes experiencias de vida en diferentes entornos en la primera infancia, sin embargo, el desarrollo de la autoeficacia no termina en la niñez o adolescencia, por el contrario, seguirá evolucionando a lo largo de la vida, habilidades, conocimientos o nuevas experiencias (García, 2015).

Las creencias de autoeficacia parten de referencias proporcionadas por la experiencia pasada. Por lo tanto, integran las fuentes más relevantes de información de autoeficacia porque se apoyan en la verificación del verdadero dominio. Además, reafirmar el éxito de determinadas tareas aumentará la autoeficacia. La evaluación positiva; también a través del modelado, porque al ver a otras personas realizar con éxito determinadas actividades, una persona puede creer que tiene la capacidad suficiente para realizar las mismas con éxito; otra fuente importante es la persuasión verbal, especialmente para aquellos que ya tienen un buen nivel de autoeficacia y solo necesita un grado más de confianza para hacer trabajo suplementario y alcanzar el éxito. (García, 2015).

2) Teoría de las inteligencias múltiples: En 1983 Gardner (citado en Blanes, 2016), un profesor de Harvard propuso que la inteligencia no es un todo único, combina diferentes habilidades deterministas, sino una red colectiva independiente e interconectada. Además, también muestra que la inteligencia es la potencia del procesamiento de información bio-social que ocurre o utiliza en uno o más entornos. Activar para solucionar problemas situacionales o inventar productos que sean valiosos en estas situaciones. Partiendo desde esta óptica, la inteligencia no es algo que sea visible o se pueda contar: son el potencial de activarse o desactivarse según los valores de una cultura particular. En esta cultura las oportunidades aptas en el contexto y las decisiones tomadas por los individuos y / o sus familias, sus maestros y otras personas similares.

3) Teoría de la inteligencia emocional: Planteada por Mayer y Salovey (1990) quienes indican, la inteligencia emocional se fundamenta en el manejo de sentimientos y emociones, así mismo en saber distinguirlos y utilizar este conocimiento para orientar los pensamientos y acciones de una persona, es decir, la inteligencia emocional se relaciona con un “pensador mental” que puede percibir, comprender y manejar las relaciones sociales adecuadas, este tipo de inteligencia basado en la percepción de las emociones, la promoción, la comprensión de las emociones, del pensamiento y la regularización de estas.

El primero muestra las diferencias entre las emociones, también se reconocen, valoran y expresan, además, incluye la capacidad de las personas para manifestar y discriminar las emociones adecuadamente. La segunda, hace referencia a la integración de

las emociones y la cognición, porque las emociones se consideran una prioridad y la atención directa a la información relevante. El tercero representa la capacidad de contener y analizar emociones teniendo en cuenta el conocimiento emocional. La cuarta, tiene en cuenta la gestión emociones y el conocimiento intelectual a partir de la regulación reflexiva de las emociones, pues los pensamientos generan emociones, inteligencia y crecimiento personal, realizando así el manejo emocional en situaciones de la vida. (Salovey y Mayer, 1990).

2.2.2. Acerca del Autoconcepto físico

2.2.2.1. Definición de autoconcepto

Según Zúñiga (2018), el autoconcepto es cómo percibimos los pensamientos y las actitudes personales en relación a sus áreas vitales, siendo una concepción personal moldeada desde la infancia, para luego llegar a ser lo que uno espera en su contexto social.

Acorde a Saavedra (2021), el autoconcepto es la percepción individual en relación con sus experiencias con los demás, siendo un esquema cognitivo constituido por experiencias previas con respecto al entorno.

El autoconcepto se define como algo innato que se va formando y modelando con el tiempo; siendo organizado mediante valores regulados ante el medio que lo rodea; siendo dinámico, al verse modificado de forma positiva o negativa (Zúñiga, 2018)

2.2.2.2. Factores asociados al autoconcepto

En Zúñiga (2018), indican cuatro factores determinantes que influyen en el autoconcepto: 1) La actitud o motivación, es la reacción natural frente a situaciones después de ser analizadas positiva o negativamente, siendo un mecanismo de estímulo y respuesta; 2) Esquema corporal, es la apreciación sobre nuestro cuerpo influenciada la cultura, costumbres, esquemas mentales y emociones. 3) Las aptitudes, se basan en nuestras acciones basadas en inteligencia y las habilidades sociales; 4) Valoración externa, siendo el punto de vista que tienen las personas sobre uno mismo a través de elogios y reconocimiento.

Según Valerio (2014), citado en Zúñiga (2018), la personalidad, conformando las emociones cuya organización interna determina el actuar individual frente a las circunstancias; y la autoestima, siendo la suma de nuestros puntos de vista, apreciaciones, aspectos cognitivos y emotivos destinados hacia uno mismo; ambas se vinculan con el autoconcepto.

2.2.2.3. Definición del autoconcepto físico

El autoconcepto físico es la apreciación del físico corpóreo y de su condición misma, relacionado a los deportes, la habilidad misma y el atractivo en su aspecto físico, percibido como elegante (Zúñiga, 2018).

El autoconcepto físico es mayor si se practica algún deporte, acentuando las habilidades y la apariencia física; caso contrario se percibiría a la persona con problemas de salud psicológica frente a una imagen socialmente aceptable (Fuentes, 2017).

El autoconcepto físico se acompaña de la expresión sentimental y emocional, sometidos a una mejora constante, haciendo que no cualquiera la practique (Olivera, 2017).

Según Goñi, et al (2006), el autoconcepto físico experimenta un curso propio de desarrollo evolutivo internamente diferenciado en varios, guarda relación con los riesgos de padecer trastornos de conducta alimentaria y muestra sensibilidad para captar diferencias asociadas a variables como el género, la edad, la frecuencia y el tipo de actividad deportiva o el índice de masa corporal; pero también guarda estrecha relación con los estilos de vida saludable o el bienestar psicológico.

Es la percepción que tiene la persona de su aspecto físico y condición física, que incluye dos aspectos complementarios: uno referido a la práctica deportiva en la vertiente social, física y de habilidad y el otro relativo, al aspecto físico; también es el grado de aceptación y satisfacción con el propio aspecto o apariencia física (Silva, 2015).

Está muy relacionada con la adopción de conductas saludables o menos saludables. El autoconcepto físico se entiende como la opinión y sensaciones positivas de felicidad, satisfacción, orgullo y confianza en lo físico (Quiñones, 2016).

2.2.2.4. Relación entre el autoconcepto general y el autoconcepto físico

Según Olivera (2017), menciona que ambos términos se asocian directamente, pero a la vez el autoconcepto general genera otros autoconceptos a nivel académico, social y personal. El vínculo entre ambas se incrementa al brindarle relevancia al autoconcepto físico general. Y se denotaría la diferencia si al aplicarse en individuos mostrasen puntuaciones diferentes de forma significativa.

2.2.2.5. Dimensiones del autoconcepto físico

En Goñi et al (2006), citado en Fuentes (2017), considera las siguientes dimensiones:

- 1) Habilidad física: siendo la valoración de las destrezas al momento de desenvolverse en un deporte ya sea este un deporte nuevo o ya predispuesto.
- 2) Condición física: son condiciones de entrega física del individuo.
- 3) Atractivo físico: Es la apariencia o la visualización física propia mediante la satisfacción de la imagen que quiere proyectar.
- 4) Fuerza: es la percepción de fuerza, con la capacidad para cargar peso y realizar ejercicios de similar demanda.
- 5) Autoconcepto físico general: Es la sensación agradable de satisfacción y confianza en el aspecto físico.
- 6) Autoconcepto general: Es la apreciación hacia la vida.

2.2.2.6. Modelos teóricos relacionados al autoconcepto

1) Modelo multidimensional de Fitts (1965): En Zúñiga (2018), refiere a la visión del cuerpo en su estado saludable, con la apreciación de la fuerza moral, los valores propios, la importancia que se da como miembro de una familia, sus vínculos con otras personas y la adaptación al entorno.

2) Modelo multidimensional y jerárquico de Fox y Corbin (1989): Según Silva (2015), dichos autores fueron los primeros que estudiaron específicamente el dominio

físico y que propusieron un modelo jerárquico y multidimensional en el que relacionaban distintas autopercepciones con el autoconcepto. En el modelo propuesto por estos autores se distinguen tres niveles jerárquicos. En el nivel superior se encuentra el autoconcepto general, en el nivel inferior se encuentra la condición física, la competencia deportiva, el atractivo físico y la fuerza (subdominios del autoconcepto físico) y en el nivel intermedio se situaría el autoconcepto físico general (dominio del autoconcepto general) que actuaría como mediador entre los subdominios y el autoconcepto general. La influencia del autoconcepto físico en la formación del autoconcepto general dependerá de la importancia que cada sujeto conceda al ámbito físico. De esta manera, si para un individuo el dominio físico es muy importante y se siente competente en sus subdominios, poseerá un alto autoconcepto, pero si se siente poco competente tendrá un bajo autoconcepto

3) Modelos teórico alternativo de Shavelson et al (1976): Según Olivera (2017), definen el autoconcepto bajo siete características: Es organizado bajo unas categorías propias; es multifacético, incorporando áreas diversas del desenvolvimiento humano; su estructura puede ser jerárquica, en función a la práctica de valores y la edad; e autoconcepto global es relativamente estable; es experimental, tomando este proceso a lo largo de la vida; tiene un carácter evaluativo, dependiendo de con quienes se interactúe y en qué lugares; y es diferenciable, de otras construcciones psicológicas.

4) Teoría de Combs (1949): En Zúñiga (2018), está dividida en tres componentes: las percepciones propias, las que se tiene sin tomar en cuenta su clarificación, y el concepto de sí mismo.

5) Teoría multidisciplinaria de García y Musito: En Gálvez (2019), describe al autoconcepto en: un autoconcepto en el desarrollo académico o laboral (Saavedra, 2021). Un autoconcepto social, enfocada a la red de contactos, su influencia y limitación (Zúñiga, 2018). Un autoconcepto emocional, de acuerdo a las circunstancias del estado sentimental y emocional mediante la inteligencia emocional (Saavedra, 2021). Un autoconcepto familiar, en relación a los padres por su afecto y seguridad, y en relación general a la familia y el hogar (Saavedra, 2021). Un autoconcepto físico, siendo el reflejado

corporalmente del individuo frente a su cuidado y apreciación, mediado por la actividad corporal en las relaciones (Zúñiga, 2018).

6) Según Silva (2015), citada en Olivera (2017), describe otros modelos de autoconcepto según Byrne y Strein: a) El modelo nomotético: mencionando un autoconcepto general. b) El modelo jerárquico: se define la visión propia dependiendo del contexto. c) El modelo taxonómico: el autoconcepto sería multidimensional, pero de manera independiente. d) El modelo compensatorio: es multidimensional donde sus componentes están inversamente relacionados.

2.2.2. Acerca de los jóvenes

2.2.2.1. Definición de juventud

Según la RAE (2022), es el período de la vida humana que precede inmediatamente a la madurez.

La UNESCO (2017), citado en Zúñiga (2018), establece las edades entre los 14 y 25 años, es decir, un 18% del total de la población mundial, siendo una etapa de transición entre la infancia y la edad adulta, donde la persona comienza a construir identidades y se incorpora a la vida social de manera más amplia.

Según Zúñiga (2018), otros autores a esta etapa la catalogan como adolescencia o adolescencia tardía, y la Organización Mundial de la Salud (OMS) que la divide en tres períodos: preadolescencia (10-14 años), que corresponde a la pubertad; adolescencia media (14-18 años) y adolescencia tardía de 19-24 años.

2.2.2.2. Características de los jóvenes

Según Zúñiga (2018) los jóvenes muestran las siguientes características:

- Tienen una madurez tanto en crecimiento como en el desarrollo psicológico, pero no poseen experiencia en el ámbito de la adultez.

- Evidencian un entusiasmo, dinamismo y creatividad que compensa la inexperiencia y mantienen aún la capacidad de adaptación a los cambios lo que les ayuda en el aprendizaje de nueva información.

- En la maduración somática, la persona llega a una talla definitiva, logra las funciones plenas para la sexualidad y la reproducción.

- Respecto a su imagen y cuerpo, hay una aceptación de la propia imagen y preferencias establecidas.

- En independencia, el individuo retoma el aprecio y valora los consejos dados por los padres; y tienen una integración en el medio social que va en crecimiento.

- En relación a los amigos se desarrollan relaciones más íntimas, es más probable la formación de parejas y se realiza un intercambio de experiencias.

- Su identidad llega a un punto de maduración, desarrollo cognitivo y conciencia racional; sus valores se concretan junto a sus objetivos personales, existe una mayor actividad sexual, posee la capacidad para comprometerse y establecer sus límites, así como la capacidad para prever.

2.2.2.3. Desarrollo dimensional de los jóvenes

García (2014) propone tres dimensiones de desarrollo:

1) Dimensión psicosocial: El joven ha adquirido mayor confianza y tiene la capacidad de tomar sus propias decisiones. Retoma cercanía en relación a sus padres y logra sentirse cómodo con ellos. También tiene mayor interés en sus relaciones sociales y afectivas; ha desarrollado una identidad sexual clara y es capaz de tener y mantener una relación de pareja e integrar lo físico y emocional.

2) Dimensión afectiva: El individuo posee una noción sobre sí mismo desarrollada en su totalidad, así como una mayor estabilidad emocional siendo consciente de sus valores y virtudes como la valentía, fortaleza, perseverancia, etc. Su tolerancia a la frustración e incertidumbre es similar a la de los adultos, es consciente de las necesidades de los demás, desarrollando así su empatía. Tiene la capacidad de plantearse metas, objetivos y como logrará alcanzarlas.

3) Dimensión intelectual: Tiene la capacidad de expresar sus ideas, establecer objetivos y prevenir riesgos. Se obtiene un léxico completo del lenguaje al expresar sus

ideas. Posee una postura autónoma de la vida, la cual coincide con su madurez y toma en mayor consideración las cuestiones sociales o políticas.

2.2.2.4. La juventud y el desarrollo profesional

La ONU (2017), citado en Zúñiga (2018), refiere que, durante la juventud, el joven tiene iniciada una carrera universitaria o técnica, la cual terminaría al finalizar la juventud.

Los jóvenes al ser un factor importante y relevante en el crecimiento económico y social en el lugar donde viven, por lo cual es importante y necesario velar para que su desarrollo profesional y educativo no se vea afectado (ONU, 2017, citado en Zúñiga, 2018). Por lo que se busca guías o programas, como el desarrollado en nuestro país junto a la UNESCO, con el objetivo de realizar proyectos de estudio en función a sus capacidades y habilidades, también teniendo en cuenta la oferta y demanda y las tendencias del mercado laboral (UNESCO, 2017, citado en Zúñiga, 2018).

2.3. Marco conceptual

Personalidad Eficaz: Es el logro de la persona frente a sus metas, administrando sus recursos y los medios para llegar a los plazos de tiempo establecidos, siendo mayor la sensación de la eficacia cuando se expresa confianza o seguridad al término de una tarea o actividad (Carhuachin y Galvan, 2019).

Autoconcepto físico: Hace referencia forma en cómo se observa un individuo a sí mismo y sus detalles físicos corporales, orientándose a un aspecto deportivo en el ámbito social, con apreciación física y sus destrezas al ejecutar algún deporte. Y un segundo aspecto entorno a la belleza y atracción, de visualizarse elegante e interesante (Zúñiga, 2018).

CAPITULO III
RESULTADOS

Tabla 3

Nivel de Personalidad eficaz en los estudiantes

Nivel de Personalidad eficaz	n	%
Bajo	65	25%
Medio	117	45%
Alto	78	30%
Total	260	100%

La Tabla 3 muestra que, entre los estudiantes predomina el nivel promedio de personalidad eficaz, y se identifica el 45.0% de los estudiantes.

Tabla 4*Nivel de personalidad eficaz en los estudiantes*

Dimensión y nivel	n	%
Autorrealización académica		
Bajo	50	19,2
Medio	108	41,5
Alto	102	39,2
Autorrealización social		
Bajo	53	20,4
Medio	127	48,8
Alto	80	30,8
Autoeficacia resolutiva		
Bajo	50	19,2
Medio	108	41,5
Alto	102	39,2
Autoestima		
Bajo	64	24,6
Medio	112	43,1
Alto	84	32,3
Total	260	100.0

La Tabla 4 muestra que entre los estudiantes domina el nivel promedio de participantes del estudio en las dimensiones de personalidad eficaz: autorrealización académica, autorrealización social, autoeficacia resolutiva y autoestima. La proporción de alumnos que muestran este nivel se sitúa entre el 41,5% y el 48,8%.

Tabla 5*Nivel de Auto concepto físico según dimensión en estudiantes*

Nivel en dimensión de Autoconcepto físico	N	%
Habilidad física		
Bajo	61	23,5
Medio	89	34,2
Alto	110	42,3
Condición física		
Bajo	55	21,2
Medio	100	38,5
Alto	105	40,4
Atractivo físico		
Bajo	58	22,3
Medio	100	38,5
Alto	102	39,2
Fuerza		
Bajo	49	18,8
Medio	120	46,2
Alto	91	35,0
Autoconcepto físico general		
Bajo	48	18,5
Medio	122	46,9
Alto	90	34,6
Autoconcepto general		
Bajo	62	23,8
Medio	100	38,5
Alto	98	37,7
Total	260	100.0

La Tabla 5 muestra el nivel de autoconcepto físico de los estudiantes, se encuentra que dominan niveles altos en habilidad física, condición física y atractivo físico, con un porcentaje entre 39,2% y 42,3%; y en cuanto a las dimensiones de fuerza, auto concepto físico general y auto concepto general, el nivel medio se sitúa entre el 38,5% y el 46,9%.

Tabla 6*Correlación de la Personalidad eficaz con el Auto concepto físico*

	Personalidad eficaz (rho)	Sig.(p)
Habilidad física	0,23	0,000 **
Condición física	0,28	0,000 **
Atractivo físico	0,43	0,000 **
Fuerza	0,24	0,000 **
Autoconcepto físico general	0,47	0,000 **
Autoconcepto general	0,50	0,000 **

Nota: rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman. ** $p < .01$

Se evidencia que existe una correlación directa altamente significativa ($p < .01$); entre personalidad eficaz y el auto concepto físico y sus dimensiones: atractivo físico, auto concepto físico general y auto concepto general; de igual manera se determina una correlación directa y altamente significativa ($p < .01$), con una dimensión de tamaño de efecto pequeño: la habilidad física, condición física y fuerza de la estudiante recomendada.

Tabla 7

Correlación de la dimensión Autorrealización académica de la Personalidad eficaz con las dimensiones del Auto concepto físico

		rho	Sig.(p)
	Habilidad física	0,19	0,002 **
Autorrealización	Condición física	0,17	0,005 **
Académica	Atractivo físico	0,32	0,000 **
	Fuerza	0,18	0,004 **
	Autoconcepto físico general	0,36	0,000 **
	Autoconcepto general	0,43	0,000 **

Nota: rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman. **p<.01; *p<.05

Se evidencia que la dimensión de autorrealización académica de personalidad eficaz y las dimensiones de autoconcepto físico son altamente significativas, mostrando una correlación directa ($p < .01$) en: autoconcepto físico general, auto concepto general y atractivo físico; asimismo, se determina una correlación directa muy significativa ($p < .01$), con tamaño de efecto pequeño en las dimensiones: habilidad física, condición física y fuerza en los estudiantes que participan en el estudio.

Tabla 8

Correlación de la dimensión Autorrealización social de la Personalidad eficaz con las dimensiones del Auto concepto físico

		rho	Sig.(p)
	Habilidad física	-0,05	0,437
Autorrealización	Condición física	-0,05	0,403
Social	Atractivo físico	-0,09	0,137
	Fuerza	-0,06	0,317
	Autoconcepto físico general	-0,12	0,053
	Autoconcepto general	0,17	0,005 **

Nota: rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman. **p<.01

Se muestra una correlación directa muy significativa con tamaño de efecto pequeño ($p < .01$), en la dimensión de autorrealización social de personalidad eficaz y la dimensión de auto concepto general; aunque en las demás dimensiones; no se encuentra evidencia de correlación significativa ($p > .05$).

Tabla 9

Correlación de la dimensión Autoeficacia resolutive de la Personalidad eficaz con las dimensiones del Auto concepto físico

		rho	Sig.(p)
	Habilidad física	0,08	0,213
Autoeficacia	Condición física	0,18	0,003 **
Resolutiva	Atractivo físico	0,19	0,002 **
	Fuerza	0,15	0,016 *
	Autoconcepto físico general	0,25	0,000 **
	Autoconcepto general	0,27	0,000 **

Nota: rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman. **p<.01; *p<.05

Se aprecia una correlación directa muy significativa ($p < .01$), en la dimensión de autoeficacia resolutive de personalidad eficaz con las dimensiones de auto concepto general, Auto concepto físico general, atractivo físico, condición física y fuerza; por otro lado, la dimensión de habilidad física la magnitud del efecto es muy pequeña.

Tabla 10

Correlación de la dimensión Autoestima de la Personalidad eficaz con las dimensiones del Autoconcepto físico

		rho	Sig.(p)
	Habilidad física	0,36	0,000 **
Autoestima	Condición física	0,42	0,000 **
	Atractivo físico	0,71	0,000 **
	Fuerza	0,38	0,000 **
	Autoconcepto físico general	0,73	0,000 **
	Autoconcepto general	0,65	0,000 **

Nota: rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman. **p<.01

Se aprecia una correlación directa muy significativa ($p < .01$), con mayor impacto, entre la dimensión autoestima de la personalidad eficaz con las dimensiones de auto concepto físico: atractivo físico, auto concepto físico general y autoconcepto general; de igual manera se determinó una correlación altamente significativa ($p < .01$), con un tamaño de impacto moderado, en las dimensiones: habilidad física, condición física y la fuerza de los estudiantes que participan en el estudio.

CAPITULO IV
ANÁLISIS DE RESULTADOS

La personalidad eficaz es el logro de la persona frente a sus metas, administrando sus recursos y los medios para llegar a los plazos de tiempo establecidos, siendo mayor la sensación de la eficacia cuando se expresa confianza o seguridad al término de una tarea o actividad (Carhuachin y Galvan, 2019).

El autoconcepto físico hace referencia a la forma en cómo se observa un individuo a sí mismo y sus detalles físicos corporales, orientándose a un aspecto deportivo en el ámbito social, con apreciación física y sus destrezas al ejecutar algún deporte. Y un segundo aspecto entorno a la belleza y atracción, de visualizarse elegante e interesante (Zúñiga, 2018).

Según Valerio (2014), citado en Zúñiga (2018), al autoconcepto se le asocia la personalidad y la autoestima, siendo dos componentes que elaboran la percepción evaluativa de nosotros mismos.

En la hipótesis general, se acepta la hipótesis, afirmando que existe relación entre personalidad eficaz y auto concepto físico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. Evidenciando que los estudiantes pueden comprender sus emociones para generar juicios razonables que influyan en sus conductas para establecer mejores relaciones (Anchorena, 2015, citado en Abanto, 2017). De esta manera, sus percepciones les permiten expresar sus habilidades a los demás (Fuentes, 2017). Al estar en condiciones normales, los jóvenes pueden mostrarse aptos para afrontar los retos que conlleva la vida universitaria, junto a una autoestima estable a raíz de una percepción saludable de sí mismos; además, que están en constante preparación y entrenamiento como profesionales, se verían más motivados o impulsados a mejorar en las diferentes áreas de sus vidas, principalmente académica universitaria. Otro acercamiento es que, al estar bajo influencia positiva de la universidad, se trata de poder reflejar la filosofía o perfil profesional con valores y enseñanzas, demostrándose no solo en el ámbito académico sino también en el personal. De tal manera que estos jóvenes abstraen experiencias a partir de ese entusiasmo, dinamismo y creatividad que compensa su inexperiencia y mantienen aún la capacidad de adaptación a los cambios lo que les ayuda en el aprendizaje de nueva información.

La etapa universitaria también promueve a que, bajo estas condiciones de personalidad y autoconcepto, puedan gestionar sus propios recursos. Por ello, se debe entender como el logro de metas al administrar los recursos en plazos determinados de tiempo, de tal manera cuando mayor sea la eficacia, mayor será la confianza (Carhuachin y Galván, 2019). En el entorno académico, los estudiantes tienen prevista sus prioridades tanto a nivel individual como profesional, siendo importante la manera en cómo se desenvuelven e interactúan unos con otros. Y vale decir que en la etapa universitaria, lo jóvenes están bajo presión de todo tipo y bajo influencias que pueden sumar como restar en sus experiencias, considerando el panorama positivo en estos jóvenes, el aprender a gestionar su desenvolvimiento y aprender a prestar atención o atender algunas necesidades que otras, les favorece con niveles de estabilidad mental.

La manera eficaz se denota en la manera de afrontar las exigencias, empleando experiencia e inteligencia emocional (Hernández y Pina, 2019). Como cualquier estudiante, se espera que en el transcurso de su vida universitaria desarrolle competencias genéricas y específicas que le ayuden a seguir creciendo. Para ello también les será de ayuda salvaguardar una imagen profesional de la personal, porque respecto a su imagen y cuerpo, hay una aceptación de la propia imagen y preferencias establecidas. El autoconcepto físico haría referencia a ese aspecto físico, de atracción, de gustarse y verse elegante (Zúñiga, 2018). Y al contar con la capacidad o habilidad personal, las percepciones de las barreras para practicarla están disminuidas (Olivera, 2017). Estando presente la etapa de la joven adultez, es normal que los jóvenes quieran presentarse con alguna cualidad propia y desenvolvimiento favorable para ser conocido o identificado más fácilmente, algunos otros pueden tomar ventaja para encontrar entre su grupo de pares a quienes practiquen algún deporte en particular o el realizar alguna actividad en común; en relación a los amigos se desarrollan relaciones más íntimas, es más probable la formación de parejas y se realiza un intercambio de experiencias

En este grupo de jóvenes, destacaría una buena valoración de su persona y percepción de sus cualidades. Además, Saavedra (2021), refiere que el autoconcepto es la apreciación de uno mismo, en relación a las experiencias con otras personas. Y este proceso se evidencia en cada estudiante al compartir con sus pares en el mismo entorno

académico, siendo enriquecidos por las experiencias obtenidas en sus clases prácticas y por parte de sus docentes, moldeando no solo sus maneras de generar juicios, sino también regulando sus conductas para ser aplicaciones en el campo profesional a desarrollarse.

Por lo tanto, el autoconcepto se va desarrollando y moldeando con el pasar del tiempo y de los años; constituyendo valores y esquemas que se irán modificando y mejorando de forma positiva o negativa dentro del ambiente donde se desenvuelva (Zúñiga, 2018). Siendo positivo decir que son los mismos universitarios quienes comparten experiencias que puedan complementar alguna área de sus vidas, teniendo una madurez tanto en crecimiento como en el desarrollo psicológico, pero no poseen experiencia en el ámbito de la adultez.

Estudios similares se evidencian en Fuentes (2017) y Saavedra (2021), obteniendo el mismo nivel medio o promedio de autoconcepto en estudiantes universitarios, siendo importante el complementar saludablemente el aspecto académico de acuerdo a la personalidad individual de los estudiantes, debido a que presentan seguridad de sí mismos y valoran su imagen personal con adecuada autoestima. En Gálvez (2019), se observa en el factor físico, valores normales o medio en universitarios, siendo similar a los encontrados en el presente estudio, aquí la apariencia y aceptación física no se vería sesgada por ideas irracionales, siendo relevante la seguridad que tienen los jóvenes con su cuerpo e imagen. En Núñez (2021), se muestran valores buenos y muy buenos de personalidad, siendo positivo en complemento de su autoconcepto, reflejando buenas interacciones sociales y aprendizajes en diferentes áreas. En el estudio de Infante, et al. (2016), evidenciaron que se puede mejorar el autoconcepto físico de los estudiantes universitarios por medio de un programa, resultando con diferencias significativas en un plazo de seis semanas. En el estudio de Tapia (2015), la personalidad eficaz se relaciona al desenvolvimiento de la inteligencia emocional que tienen los universitarios a nivel interpersonal e intrapersonal. En el estudio de Bueno, et al (2014), existen diferencias de género en tres de las cuatro esferas del constructo de Personalidad Eficaz: Autoestima; Autorrealización Académica y Autoeficacia Resolutiva

En la primera hipótesis específica, se rechaza la hipótesis, afirmando que no existe relación entre autorrealización social de personalidad eficaz y habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, auto concepto físico general y auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. Y este punto resulta muy importante porque nos indica que los jóvenes no tienen la necesidad o dependencia de tener que agradar a otros por medio de su imagen personal o dotes físicos; debido que la capacidad empática, será también por medio de sus habilidades sociales (Zelada, 2019; Abanto, 2017). Los jóvenes se muestran con sus propias características, siendo algunos extrovertidos y otros introvertidos, se presentan con amabilidad y comparten unos con otros, conformando amistades y grupos; además, de forma afectiva el universitario posee una noción sobre sí mismo desarrollada en su totalidad, así como una mayor estabilidad emocional siendo consciente de sus valores y virtudes como la valentía, fortaleza, perseverancia, etc. Su tolerancia a la frustración e incertidumbre es similar a la de los adultos, siendo consciente de las necesidades de los demás, desarrollando así su empatía.

Los estudiantes se verán satisfechos con sus lazos amicales, realizando un compañerismo saludable y selectivo para poder conformar sus propios grupos según su personalidad individual y preferencias. Todo ello, lo harán mediante la comunicación, empatía y asertividad, permitiendo adecuadas relaciones interpersonales (Zelada, 2019; Abanto, 2017). Conforme van alcanzando nuevas experiencias, van conociendo nuevos individuos, los cuales formaran parte de su círculo social, o lograrían compartir para complementar sus distintos puntos de vista. El autoconcepto social toma relevancia en el participar del individuo, incluyendo su esquema de valores y lo que espera recibir de los demás (Zúñiga, 2018). Dentro de las aulas, todos interactúan de diferente forma acorde al tipo de convivencia que establecen en grupos, apoyándose del uso de adecuadas habilidades comunicativas y sociales, que les permite una interacción social cooperativa, siendo básico y esencial para la administración de actividades impartidas en las clases.

Además, al no verse influenciado el área social del concepto físico, los individuos pueden practicar deportes o algún arte de forma libre, sin necesidad de agradar a otros, sin tener esa finalidad u objetivo. De tal forma que el practicar deportes sea una actividad de ocio y de regulación emocional, generando interacciones espontáneas y más humanas. La

habilidad física permitiría esto, de acuerdo a cada condición física y posibilidades de los estudiantes (Goñi et al, 2006, citado en Fuentes, 2017). Y el atractivo físico sería algo natural al aceptarse cada uno por cómo es, sin ser afectado por comentarios externos de su físico general (Goñi et al, 2006, citado en Fuentes, 2017). Si bien es cierto, la mayoría se avoca a las actividades de esfuerzo mental, una buena parte del grupo disfruta de actividades deportivas en sentido de relajación y a modo de esparcimiento amistoso, siendo los varones quienes disfrutaban más de la actividad deportiva con el fútbol y las chicas con el baile y el vóley. Por ello, la personalidad es un complejo de características individuales que define nuestro actuar, a partir de distintos factores ambientales, biológicas y sociales (Allport, 1975, citado en Orbegoso, 2019). El poder compartir en un ambiente universitario hace favorable la alta probabilidad de compartir con personas tan diversas, con una cosmovisión del mundo tan particular, que pueda complementar la nuestra, recepcionando sus puntos de vista con respeto y sentido crítico.

Estudios similares se evidencian en García, J. (2021), mostrando resultados favorables o normales de extraversión para la interacción social y con apertura a nuevas experiencias al compartir con otras personas, siendo la afabilidad componente importante para el trato entre estudiantes. En Núñez (2021), muestra un panorama similar siendo importante la apertura a nuevas experiencias desde la parte social, mostrando buenos niveles de sociabilidad y habilidades sociales. Saavedra (2021), muestra que los jóvenes se desenvuelven con un buen autoconcepto social, siendo importante para las interacciones en el contexto académico, estando satisfechos con sus lazos amicales y sentimiento de pertenencia grupal. Zúñiga (2018), contrastó que la familia ayudaría en pro del bienestar psicológico.

En la segunda hipótesis específica, se acepta la hipótesis, afirmando que existe relación entre autorrealización académica de personalidad eficaz y, atractivo físico, auto concepto físico general y auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. Para los jóvenes sería más importante alcanzar un perfil de logro, en base a metas u objetivos, siendo necesario el poder cumplir con las exigencias académicas. Pero esta satisfacción personal de destacar profesionalmente en el papel de estudiante se vería reflejado en la vocación que muestra el estudiante por la

carrera profesional en la que se encuentra cursando. El Autoconcepto general estaría reflejado en esa la motivación, las expectativas y la atribución de éxito (Goñi et al, 2006, citado en Fuentes, 2017). El joven ha adquirido mayor confianza y tiene la capacidad de tomar sus propias decisiones, confía en sus padres y logra sentirse cómodo con ellos; también tiene mayor interés en sus relaciones sociales y afectivas; ha desarrollado una identidad sexual clara y es capaz de tener y mantener una relación de pareja e integrar lo físico y emocional, posee una noción sobre sí mismo desarrollada en su totalidad, así como una mayor estabilidad emocional siendo consciente de sus valores y virtudes como la valentía, fortaleza, perseverancia, etc. Su tolerancia a la frustración e incertidumbre es similar a la de los adultos, es consciente de las necesidades de los demás, desarrollando así su empatía.

Debido a que todos aspiran medianamente a ser o considerarse como un buen estudiante (Zelada, 2019; Abanto, 2017). En la etapa de adultez joven, el estudiante logra progresivamente lo que le conviene priorizar en razón de sus metas y objetivos, considerando algunas actividades mas importantes que otras; en lo curricular, toma mucha acción el empeñarse o dedicarse a estudiar o poder estar dentro de lo que se podría denominar un buen estudiante. Tiene la capacidad de expresar sus ideas, establecer objetivos y prevenir riesgos, siendo autónomo, la cual coincide con su madurez y toma en mayor consideración las cuestiones sociales o políticas

El autoconcepto académico es la apreciación en el ámbito de estudio y en relación al esfuerzo que entrega en el trabajo (Saavedra, 2021). Y se vería influenciado mínimamente con el atractivo físico de los estudiantes, al sentirse cómodos con la imagen que quieran reflejar (Goñi et al, 2006, citado en Fuentes, 2017). Mostrándose seguro, confiado en su apariencia general (Goñi et al, 2006, citado en Fuentes, 2017). Al demostrar sus conocimientos previos o experiencia ante alguna demanda académica. En el entorno dentro de las aulas se puede apreciar quienes admiran a algunos compañeros que destacan en lo académico, siendo elegidos constantemente como líder de equipo o representante para el curso o más aun para representar la promoción universitaria. Siendo imagen y ejemplo para muchos otros, por su apertura al conocimiento y la ciencia.

No obstante, no hubo relación con las dimensiones de habilidad física, condición física y fuerza de auto concepto físico. Siendo una respuesta esperada debido que la demanda o esfuerzo académico es una tarea mental, una actividad de conocimientos, que solo se hace uso del raciocinio. Aquí no tendría influencia la habilidad física, ni la condición y fuerza, ante las tareas académicas que demandan al estudiante universitario (Goñi et al, 2006, citado en Fuentes, 2017). Pero estas habilidades y condiciones pueden complementar la productividad del estudiante, al ser útiles en los momentos distintos del diario, como el realizar cierto grado de actividad física para mantener condiciones óptimas de rendimiento en lo académico, gracias a los beneficios que conlleva el realizar ejercicios para obtener, por ejemplo, diferentes mecanismos metabólicos estables: sueño, sensación de hambre, regulación emocional, entre otros.

Se observan estudios similares en Mercado (2018), donde los estudiantes comparten con otros para el aprendizaje cooperativo, mostrando su extroversión con estabilidad, siendo relevante para afrontar los retos académicos. En Núñez (2021), los estudiantes se muestran con responsabilidad tanto en sus pendientes académicos como en responsabilidad de actos, afrontando los deberes académicos con estabilidad emocional. En Orbegoso (2019), los estudiantes avanzan con determinación, sobrellevando las dificultades, retos o deberes con tranquilidad; además de mostrarse enérgicos y dinámicos físicamente al encontrarse en movimiento y dispuestos a la acción. Vidal (2021), muestra que, si se cuenta con buena apreciación en los estudios, se motiva a aspirar alcanzar parte de la autorrealización, son un sentimiento de utilidad social. En el estudio de Bueno, et al (2014), existen diferencias de género en tres de las cuatro esferas del constructo de Personalidad Eficaz: Autoestima; Autorrealización Académica y Autoeficacia Resolutiva

En la tercera hipótesis específica, se acepta la hipótesis, afirmando que existe relación entre autoeficacia resolutiva de personalidad eficaz y auto concepto físico general y auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. En este contexto el estudiante universitario hace uso de sus habilidades para encontrar una solución a los retos académicos que tiene en frente. La habilidad de resolver problemas y saber decidir oportunamente, está vinculado al afrontamiento eficaz (Zelada, 2019; Abanto, 2017). Cuando se esta frente a un desafío, el estudiante busca la forma de

cómo resolverlo, siendo empleable el uso de sus recursos propios o el poder solicitar una mano amiga para el desarrollo o resolución de un problema, actividad, examen. Cuando se trata de resolver algo, los estudiantes se unen para poder resolverlo, buscando de forma creativa la manera mas propicia de llegar con la solución, la respuesta, el camino. Evidencian un entusiasmo, dinamismo y creatividad que compensa la inexperiencia y mantienen aún la capacidad de adaptación a los cambios lo que les ayuda en el aprendizaje de nueva información. Tienen una madurez tanto en crecimiento como en el desarrollo psicológico, pero no poseen experiencia en el ámbito de la adultez.

Para la resolución de problemas, el estudiante hace uso de sus habilidades creativas, experiencia y conocimiento previo, para luego realizar propuestas de solución y tomar una decisión, la más acertada posible. En estas circunstancias el autoconcepto físico general y el general no se verían implicados totalmente o no serían necesarios como tales, teniendo una baja influencia al momento de verse el estudiante presionado ante comentarios de terceros (Goñi et al, 2006, citado en Fuentes, 2017). Las decisiones para lograr sensaciones positivas no estarían en lo físico, sino en el perfil de estudiante que quiere reflejar ante los demás. Se toma en cuenta que los universitarios son buenos tomando decisiones cuando tiene las cosas claras, pero muchas veces necesitan una opinión adicional, un comentario extra, un punto de vista distinto al suyo para tomar una decisión o lograr percibir con mejor clarificación lo que pretende realizar. Por ello, el afrontamiento se asocia a la personalidad eficaz para saber hallar una solución adecuada frente a la dificultad (Díaz y Félix, 2020). Y la toma de decisiones se lograría al identificar alguna consecuencia del problema, procediendo a analizar las distintas posibilidades para alcanzar lo propuesto (Díaz y Félix, 2020). Vale decir que, en la mayoría de las veces, son ellos mismos quienes dan solución a sus problemas, de manera individual, siendo otras veces en compañía de su grupo de amistades.

Pero no hubo relación con las dimensiones habilidad física, condición física, atractivo físico y fuerza de auto concepto físico. Al tratarse de temas académicos, los estudiantes desarrollan capacidades para lograr una óptima resolución de problemas y toma de decisiones. No basados en su fuerza física o en su aspecto físico, sino en lo que aprende por ensayo y error. Cabe resaltar que así no tenga un efecto directo en los estudiantes,

indirectamente ayudaría en el mantenimiento del mismo al verse la necesidad de alimentarse correctamente, practicar algún deporte para conseguir una mayor resistencia al momento de estudiar, debido a las mejoras en condiciones físicas; además, que al conseguir más fuerza (Goñi et al, 2006, citado en Fuentes, 2017), se vería motivado a mejorar su propia versión, siendo beneficioso indirectamente para la lucidez mental y fluidez de pensamiento. De manera eficaz, los estudiantes evidenciarían sus características para poder interactuar adecuadamente en su medio (Abanto, 2017). Según Carhuachin y Galvan (2019), una persona eficaz controla las circunstancias que lo llevaran al éxito frente a las dificultades, tomando en cuenta sus decisiones y las buenas relaciones con los demás de manera asertiva.

Estudios similares se observaron en Fuentes (2017), obteniendo niveles moderados o normales en las dimensiones de autoconcepto físico, destacando en algún deporte que prefieran los jóvenes universitarios, sin dejar de lado sus prioridades académicas. En García, L. (2021), donde los estudiantes resuelven sus dificultades de manera creativa, dando pase a la apertura mental y compartiendo opinión con otras personas en el aspecto de extraversión de personalidad. En Orbegoso (2019), los estudiantes son persistentes para encontrar alguna solución a los pendientes académicos, sobrellevando las dificultades con tranquilidad, haciendo uso de su creatividad para resolver problemas. En Zúñiga (2018), explica que, si se tiene manejo emocional, mayor será el bienestar psicológico. En el estudio de Tapia (2015), la personalidad eficaz se relaciona al desenvolvimiento de la inteligencia emocional que tienen los universitarios a nivel interpersonal e intrapersonal. En el estudio de Bueno, et al (2014), existen diferencias de género en tres de las cuatro esferas del constructo de Personalidad Eficaz: Autoestima; Autorrealización Académica y Autoeficacia Resolutiva

En la cuarta hipótesis específica, se acepta la hipótesis, afirmando que existe relación entre autoestima de personalidad eficaz y habilidad física, condición física, atractivo físico, fuerza, auto concepto físico general y auto concepto general de auto concepto físico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. Y es que el entrenar físicamente o tener un deporte como hobbies ayudaría al estudiante a afrontar las dificultades de la universidad, previniendo estados ansiosos y depresivos, debido a las

exigencias variadas del entorno universitario. El estimarse a sí mismo indica la apreciación por las destrezas y características individuales (Zelada, 2019; Abanto, 2017). Estas ideas se refuerzan al contrastarse con estudiantes que demuestran mejor desenvolvimiento en los deportes en compensación de sus habilidades académicas, como también hay estudiantes que destacan en ambas áreas de manera óptima.

Al contar con una buena autoestima, esta sería gracias a la recreación en algún deporte o entrenamiento físico, como lo son los ambientes de gimnasios. Los jóvenes se verían muy motivados y satisfechos con su imagen a raíz de practicar algún deporte. La habilidad física les permitiría aprender deportes nuevos (Goñi et al, 2006, citado en Fuentes, 2017). Por lo tanto, la autoestima se basa en la valoración individual, de acuerdo a la autoapreciación (Díaz y Félix, 2020). También, el deporte es una excelente manera de poder quitarse de encima diversas cargas emocionales que se arrastran o acumulan a lo largo del día o incluso de la semana, denotando así sus beneficios para la estabilidad personal de cada uno de ellos. Además, en el autoconcepto físico, al ser positivo, su autoconcepto estará adecuado (Zúñiga, 2018). Se evidencia que el deporte motiva a los jóvenes a lucirse más físicamente, haciéndose notar en sus interacciones diarias o a través de otros medios, demostrando sus condiciones y atractivos físicos tanto varones como mujeres, y más frecuentemente en fuerza los varones (Goñi et al, 2006, citado en Fuentes, 2017). Mostrándose satisfecho, orgullosos y en confianza en lo físico (Goñi et al, 2006, citado en Fuentes, 2017). Al entrenar físicamente, aumenta los índices de autoestima, autoconcepto y personalidad en los jóvenes, incluso denotándose superiores a nivel de imagen y habilidades físicas a diferencia de quienes no disfrutaban mucho de las actividades deportivas, pero igualmente disfruta de índices adecuados de autoestima, autoconcepto y personalidad.

En general, los estudiantes presentan una buena percepción individual de sí mismos, realizando inclusive comentarios positivos a otros y quienes les rodean, mostrando ese grado de madurez y consideración por todos sus semejantes, estableciendo relaciones más dinámicas con otras personas. Según Carhuachin y Galvan (2019), una persona eficaz es alguien que tiene una percepción positiva de sí mismo y se estima, estando en un constante proceso de maduración, resaltando su inteligencia para realizar sus

metas, a pesar de las caídas y subidas que acontezca el reto a asumir, lo resuelve de manera creativa, tomando decisiones en base a sí mismo y en relación con los demás, demostrando asertividad y buenas habilidades en su interactuar.

Estudio similar se observa en Fuentes (2017), mostrando niveles normales de autoestima en relación con el autoconcepto físico, siendo relevante el aspecto de mostrarse atractivos y en condiciones saludables al realizar algún deporte. En Saavedra (2021), los jóvenes presentan un buen autoconcepto físico al verse reflejado favorablemente y llevando a cabo algún ejercicio corporal. Vidal (2021), refiere que un universitario que escoge una carrera por aceptación parental, sentirá mayor tranquilidad consigo mismo, teniendo un autocontrol emocional adecuado. En Zúñiga (2018), evidencia que cuando se perciba una buena valoración del alguien con cargo superior, como docente, el universitario tendrá un mejor bienestar psicológico; beneficiando su autoestima. En el estudio de Tapia (2015), la personalidad eficaz se relaciona al desenvolvimiento de la inteligencia emocional que tienen los universitarios a nivel interpersonal e intrapersonal. En el estudio de Bueno, et al (2014), existen diferencias de género en tres de las cuatro esferas del constructo de Personalidad Eficaz: Autoestima; Autorrealización Académica y Autoeficacia Resolutiva

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

1. existe una correlación directa altamente significativa ($p < .01$); entre personalidad eficaz y el auto concepto físico y sus dimensiones: atractivo físico, auto concepto físico general y auto concepto general; de igual manera se determina una correlación directa y altamente significativa ($p < .01$), con una dimensión de tamaño de efecto pequeño: la habilidad física, condición física y fuerza de la estudiante recomendada.
2. El nivel dominante de personalidad eficaz en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo es medio (45.0%), la proporción de alumnos que se muestran este nivel se sitúa entre el 41,5% y el 48,8%.
3. El nivel dominante de auto concepto físico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo es alto en las siguientes dimensiones: habilidad física, condición física y atractivo físico, con un porcentaje entre 39,2% y 42,3%; en cuanto a las dimensiones de fuerza, auto concepto físico general y auto concepto general, se sitúan el nivel medio entre el 38,5% y el 46,2%.
4. Existe relaciones altamente significativas en la dimensión de autorrealización académica de personalidad eficaz y las dimensiones de autoconcepto físico, mostrando una correlación directa ($p < .01$) en: autoconcepto físico general, auto concepto general y atractivo físico; asimismo, se determinó una correlación directa muy significativa ($p < .01$), con tamaño de efecto pequeño en las dimensiones: habilidad física, condición física y fuerza en los estudiantes que participan en el estudio.
5. Existe una correlación directa muy significativa con tamaño de efecto pequeño ($p < .01$), en la dimensión de autorrealización social de personalidad eficaz y la dimensión de auto concepto general; aunque en las demás dimensiones; no se encuentra evidencia de correlación significativa ($p > .05$).
6. Existe una correlación directa muy significativa ($p < .01$), en la dimensión de autoeficacia resolutive de personalidad eficaz con las dimensiones de auto concepto general, Auto concepto físico general, atractivo físico, condición física y fuerza; por otro lado, la dimensión de habilidad física la magnitud del efecto es muy pequeña.

7. Existe una correlación directa muy significativa ($p < .01$), con mayor impacto, entre la dimensión autoestima de la personalidad eficaz con las dimensiones de auto concepto físico: atractivo físico, auto concepto físico general y autoconcepto general; de igual manera se determinó una correlación altamente significativa ($p < .01$), con un tamaño de impacto moderado, en las dimensiones: habilidad física, condición física y la fuerza de los estudiantes que participan en el estudio.

5.2. Recomendaciones

1. Se sugiere que, a partir de los resultados, los directivos de la escuela profesional de psicología puedan reforzar con talleres de autoconcepto físico en beneficio de mejorar la percepción individual de los alumnos, realizando actividades que permitan a los estudiantes mejorar su autoconcepto físico en sus diferentes dimensiones, así mismo se estaría fortaleciendo la autoestima factor importante para fomentar la personalidad eficaz en los estudiantes universitarios.
2. Se recomienda proponer talleres mediante el área de bienestar social, tutoría entre otros, sobre cómo desarrollar una personalidad eficaz adecuada, para así elevar los niveles de desarrollo en los universitarios. Podemos optar por utilizar la psicología positiva, que estudia los fundamentos del bienestar psicológico, así como las fortalezas y virtudes humanas.
3. Se recomienda a la universidad que a través de sus actividades extracurriculares fomenten de manera persistente la actividad física ya que, al realizar esta práctica de forma frecuente y guiada por profesionales del deporte, puede mejorar la autopercepción positiva de la salud física, mejorar el estado de ánimo y la emotividad.
4. Se recomienda que otros investigadores, sigan con el estudio de estas variables, dándole así mayor importancia al desarrollo del constructo de personalidad eficaz junto con un adecuado auto concepto físico e ir contrastando a través del tiempo los niveles obtenidos.

CAPITULO VI
REFERENCIAS Y ANEXOS

6.1. Referencias

- Abanto, G. (2017). *Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Personalidad Eficaz en estudiantes de secundaria del Distrito La Esperanza, 2017*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/642>
- American College Health Association. (2019). *National College Health Assessment*.
https://www.acha.org/documents/ncha/NCHAI_SPRING_2019_UNDERGRADUATE_REFERENCE%20_GROUP_EXECUTIVE_SUMMARY.pdf
- Blanes, A. (2016). *La teoría de las inteligencias múltiples*. Bioinformática.
http://bioinformatica.uab.cat/base/documents/genetica_gen/portfolio/La%20teor%C3%ADa%20de%20las%20Inteligencias%20m%C3%BAltiples%202016_5_25P23_3_27.pdf
- Bueno Álvarez , José Antonio , & Castellanos Cano, Silvia , & Guerra Mora, Patricia (2014). Diferencias de género en personalidad eficaz en universitarios chilenos. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 5(1), pp. 131-139. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851788014>
- Camacho, J. (2019). *Personalidad Eficaz y Motivación Académica en los Estudiantes Universitarios de Historia y Geografía de la Universidad Nacional Enrique Guzmán y Valle*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional De Educación Enrique Guzmán Y Valle]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/4706>
- Carhuachin, K. y Galvan, K. (2019). *Personalidad eficaz y estilos de aprendizaje en los estudiantes de la Institución Educativa “Columna Pasco”-Yanacancha, 2019*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión]. Repositorio institucional UNDAC.
http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/1766/1/T026_71719429_T.pdf
- Casas, Z. y Requena, N. (2021). *Personalidad eficaz e inteligencia emocional de los*

- trabajadores de la municipalidad distrital de ascensión huancavelica 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio institucional. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/1129>
- Coaquira, H. y Ochoa, L. (2021). *Dependencia al smartphone y su influencia en la personalidad y habilidades sociales en los estudiantes universitarios*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional De San Agustín De Arequipa]. Repositorio institucional UNSAA. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/13538>
- Correo. (14 de mayo de 2017). *Pronabec: 15% de los becarios abandonan sus estudios en la capital*. <https://diariocorreo.pe/ciudad/pronabec-15-de-los-becarios-abandonan-sus-estudios-en-la-capital-749599/>
- Dapelo, B., Marcone Trigo, R., Martín del Buey, F., Martín Palacio, E., y Fernández Zapico, A. (2006) Adaptación chilena del Cuestionario de Personalidad Eficaz para Adolescentes. *Psicothema*, 18(1), 130-134. <https://www.psicothema.com/pi?pii=3187>
- Díaz, K. y Félix, K. (2020). *Funcionalidad familiar y personalidad eficaz en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ica, 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio institucional UAI. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/646/3/DIAZ%20SUMEN%20KAMILA%20SOLANGE%20-%20FELIX%20PANDURO%20KARINA%20DEL%20ROSARIO.pdf>
- Figallo, F., González, M. T., & Diestra, V. (2020). Perú: Educación superior en el contexto de la pandemia por el COVID-19. *Revista de Educación Superior en América Latina*, (8), 20-28. <https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/esal/article/view/13404>
- Fuentes, J. (2017). *Actividad física y autoconcepto en estudiantes de la universidad nacional del altiplano, 2017*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio institucional UNA.

<http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/9545>

- Gálvez, L. (2019). *Creencias irracionales y autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/21610>
- García, J. (2015). *La Autoeficacia de Albert Bandura: ¿crees en ti mismo?* Psicología y Mente: <https://psicologiaymente.com/psicologia/autoeficacia-albert-bandura#:~:text=En%20la%20teor%C3%ADa%20de%20Albert,por%20el%20pensamiento%20de%20autoeficacia.&text=Bandura%20considera%20que%20influye%20a%20nivel%20cognitivo%2C%20afectivo%20y%20motivacional>.
- García, J. (2021). *Personalidad y desregulación emocional en estudiantes de psicología de una universidad particular en Chiclayo, 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio De Mogrovejo]. Repositorio institucional UCSTM. <https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/3425>
- García, L. (2021). *Personalidad y actitudes hacia el machismo como predictores del acoso sexual en universitarios, Chiclayo – 2021*. [Tesis de doctorado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/71431>
- García, M. (05 de febrero de 2014). Desarrollo normal en la adolescencia tardía: 18 a 20 años. Tecnología Social. <http://news.psykia.com/content/desarrollo-normal-en-la-adolescencia-tard%C3%AD-18-20-a%C3%B1os>
- Goñi, A., Ruiz, S. y Rodríguez, A. (2006). *Cuestionario de autoconcepto físico (CAF)*. Madrid: EOS. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832312031.pdf>
- Granados Urban, Pilar, & Marcone Trigo, Rodolfo, & Martín del Buey, Francisco de Asís, & Dapelo Pellerano, Bianca, & Fernández Zapico, Ana, & Martín Palacio, Eugenia (2008). Cuestionario de personalidad eficaz para la formación profesional. *Psicothema*, 20(2), pp. 224-228. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72720208>
- Hernández, M. y Pina, M. (marzo de 2019). *La evaluación de la personalidad eficaz*

[Ponencia]. IV Congreso internacional virtual sobre La Educación en el Siglo XXI, Murcia, España. <https://www.eumed.net/actas/19/educacion/10-la-evaluacion-de-la-personalidad-eficaz.pdf>

Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill Interamericana Editores, S.A. DE C.V. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>

Huamanchumo, V. (2021). *Las actividades físicas acuáticas y su relación con el autoconcepto físico en los estudiantes del 2 y 3er ciclo de la Escuela de Ciencias del Deporte de la Universidad Alas Peruanas – 2018*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/11314>

Infante, Guillermo , & Axpe, Inge , & Goñi, Eider (2016). Mejora del autoconcepto físico. Eficacia de una intervención cognitiva breve con alumnado universitario de educación primaria. *Educación XXI*, 19(1), pp. 227-245. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70643085010>

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2018). *Compendio Estadístico Región Lima 2017*. INEI. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitaless/Est/Lib1535/libro.pdf

Martín del Buey, F., Martín Palacio, E., Fernández Zapico, A., Dapelo Pellerano, B. y Marcone Trigo, R. (2004). Evaluación de la personalidad eficaz en contextos educativos: primeros resultados. Chile: *Revista de Orientación Educativa*, 33-34, 79-101.

Mercado, S. (2018). *Nivel de resiliencia y tipo de personalidad en estudiantes del programa beca 18 de una universidad privada, Huancayo – 2018*. [Tesis de doctorado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/29278>

- Núñez, L. (2021). *Personalidad y estrategias metacognitivas en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana 2020*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/58028>
- Oficina Regional de Coordinación de Salud Mental (2018-2020). *Informe de evaluación del Plan Estratégico de Salud Mental de la Comunidad de Madrid 2018-2020*. Servicio Madrileño de Salud.
https://www.comunidad.madrid/sites/default/files/doc/sanidad/asis/12_junio_plan_de_salud_mental_2018-2020.pdf
- Olivera, A. (2017). *Asertividad y autoconcepto físico en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria en una institución educativa nacional – Cartavio*. [Tesis de doctorado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio institucional UPAO.
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/2798>
- ONU Mujeres. (2019). *Hechos y cifras: Poner fin a la violencia contra las mujeres*. Poner fin a la violencia contra las mujeres. <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/facts-and-figures>
- Orbegoso, B. (2019). *Personalidad y Desesperanza en estudiantes de tres escuelas profesionales de una Universidad Privada de Trujillo*. [Tesis de doctorado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio institucional UPAO.
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/4997>
- Quiñones, S. (2016). *Autoconcepto Físico y Trastornos de Conducta Alimentaria en estudiantes de un centro pre-universitario – Trujillo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio institucional UPAO.
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/1976>
- Real academia española (2022). *Diccionario de la lengua española*. Actualización 2021.
<https://dle.rae.es/juventud?m=form>
- Saavedra, K. (2021). *Autoconcepto y sentido del humor en estudiantes de psicología de*

- una universidad privada de Trujillo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio institucional UPAO.
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/7810>
- Salinas, L. (2020). *Rasgos de personalidad y conductas de salud en estudiantes universitarios*. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional PUCP.
<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/18328>
- Salovey, P., & Mayer, J.D. (1989). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), pp 185-211.
- Sausa M. (2018). *Menores ocupan el 70% de atenciones en salud mental*. Perú 21.
<https://peru21.pe/peru/cifras-salud-mental-peru-menores-ocupan-70-atenciones-infografia-394376>
- Silva, L. (2015). *Propiedades psicométricas del cuestionario de autoconcepto físico, autopercepción física en universitarios de Trujillo metropolitano*. [Tesis de doctorado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/189>
- Tamayo, S. (2021). *Rasgos de personalidad situacional como predictores de las actitudes sexistas hacia el acoso sexual callejero en universitarios, Trujillo-2021*. [Tesis de doctorado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/71441>
- Tapia, R. (2015). *Personalidad eficaz e inteligencia emocional en contextos universitarios chilenos. Burgos*. [Tesis de doctorado, Universidad de Burgos]. Repositorio institucional.
https://riubu.ubu.es/bitstream/handle/10259/4539/Tapia_Allende.pdf?sequence=6&isAllowed=y
- Ugaz, M. (2018). *Estrategias de aprendizaje y su relación con la autoeficacia personal en estudiantes del segundo ciclo de Maestría de la Universidad Nacional de*

Educación Enrique Guzmán y Valle. [Tesis de maestría, Universidad Nacional De Educación Enrique Guzmán Y Valle]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/3127>

Vidal, M. (2021). *Autoconcepto y motivaciones ocupacionales en estudiantes universitarios de Barranca*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio institucional UPCA.
<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/655281>

Zelada, D. (2019). *Funcionalidad familiar y personalidad eficaz en Estudiantes de quinto año de secundaria de dos instituciones Educativas del distrito de surco*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio institucional UPCH.
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/6386/Funcionalidad_ZeladaCastro_Diana.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Zúñiga, M. (2018). *Autoconcepto y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima-Este*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional UPU.
<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1001>

6.2. Anexos

Anexo 1. Consentimiento Informado

MISIVA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio de la misiva Guaniz Florez, Mircia Patricia y Madeley Aracely Llaque Vera nos dirigimos a usted para informarle que actualmente nos hallamos efectuando un estudio adjuntándolo en nuestro proyecto de tesis para obtener el grado de Licenciadas en Psicología en la Universidad Privada Antenor Orrego de Trujillo. Esta investigación tiene como objetivo Analizar la relación entre personalidad eficaz y auto concepto físico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo, por lo cual requerimos de su apoyo voluntario resolviendo dos cuestionarios que se le presentan a continuación, recalcándole que las respuestas que brinde serán tratadas con estricta confidencialidad. De aceptar participar del presente estudio, agradeceríamos que coloque su nombre en el espacio indicado, además indique su número de DNI, unicamente con el objetivo de apresurar el procesamiento de la recolección de la información. Si tiene algún cuestionamiento sobre esta investigación, puede interrogar en cualquier.

Anexo 2. Cuestionario de Personalidad Eficaz

Edad:

Sexo:

Ciclo:

Carrera:

A continuación, se te presenta el cuestionario de personalidad eficaz, el cual posee cinco opciones de respuesta, recuerda que no existen preguntas buenas o malas, responde con sinceridad.

	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1. Mis éxitos en los estudios se deben a mi esfuerzo y dedicación					
2. Me considero un(a) buen(a) Estudiante.					
3. Mi éxito en los estudios se debe a mi capacidad personal.					
4. Creo que aprobaré todas las asignaturas de este semestre.					
5. Estudio porque me gusta superar los retos que me presentan las materias.					
6. Nadie me obliga a estudiar, estudio porque yo quiero hacerlo.					
7. Estudio porque me interesa aprender cosas nuevas.					
8. Estoy convencido(a) que tendré éxito cuando trabaje.					
9. Hago amigos(as) con facilidad.					
10. Mis éxitos en las relaciones con los demás se deben a mi habilidad para hacer amigos.					
11. Mis fracasos en las relaciones con los demás se deben a mi falta de habilidad para hacer amigos.					

12. Creo, con toda seguridad, que tendré éxito en mis relaciones con los demás.					
13. Creo que, conociéndome como soy, tendré problemas en mis relaciones con los demás.					
14. Mis éxitos en las relaciones con los demás se deben a que son ellos los que toman la iniciativa.					
15. Cuando tengo que tomar una decisión planifico cuidadosamente lo que voy a hacer.					
16. Para tomar una decisión reúno toda la información que puedo encontrar.					
17. Antes de tomar mis decisiones analizo las posibles consecuencias.					
18. Cuando tengo un problema dedico tiempo y esfuerzo para resolverlo.					
19. Cuando tengo un problema trato de ver el lado positivo que posee.					
20. Me acepto tal y como soy, con mis cualidades, limitaciones y defectos.					
21. Me siento muy bien con mi aspecto físico.					
22. En general, me siento satisfecho(a) conmigo mismo(a).					
23. Creo que soy una persona valiosa para los otros.					

Anexo 3. Cuestionario de Auto concepto físico

Edad:

Sexo:

Ciclo:

Carrera:

A continuación, se te presenta el cuestionario auto concepto físico, el cual posee cinco opciones de respuesta, recuerda que no existen preguntas ni respuesta buenas o malas, responde con sinceridad.

ÍTEMS	OPCIONES DE RESPUESTA				
	Falso	Casi siempre falso	A veces Verdadero /falso	Casi siempre verdadero	Verdadero
1. Soy bueno en los deportes					
2. Tengo mucha resistencia					
3. Tengo más fuerza que la mayoría de la gente de mi edad					
4. Físicamente me siento bien					
5. Me siento a disgusto conmigo mismo					
6. No tengo cualidades para los deportes					
7. Me quedo pronto sin aliento y tengo que bajar el ritmo o abandonar los ejercicios físicos					
8. Me cuesta tener un buen aspecto físico					
9. Me cuesta levantar tanto peso como los demás					
10. Me siento feliz					
11. Estoy en buena					

forma					
12. Me siento contento/a con mi imagen corporal					
13. Soy capaz de realizar actividades que exigen fuerzas					
14. En lo físico me siento satisfecho/a conmigo mismo/a					
15. No me gusta lo que estoy haciendo con mi vida					
16. Soy de las personas que están descontentas de cómo son físicamente.					
17. Tengo más habilidad que la gente de mi edad practicando deporte.					
18. Puedo correr y hacer ejercicio mucho tiempo sin cansarme.					
19. Siento confianza en cuanto a la imagen física que transmito.					
20. Destaco en actividades en las que se precisa de fuerza física.					
21. Mi cuerpo me transmite sensaciones positivas					
22. Desearía ser diferente.					
23. Soy de las personas que les cuesta aprender un deporte nuevo.					

24. En actividades como la de correr, tengo que tomar pronto un descanso.					
25. No me gusta mi imagen corporal.					
26. No me siento a gusto conmigo mismo/a en lo físico.					
27. Estoy haciendo bien las cosas.					
28. Practicando deporte soy una persona hábil					
29. Tengo mucha energía física					
30. Soy guapo/a					
31. Soy fuerte					
32. No tengo demasiadas cualidades como persona					
33. Me veo torpe en las actividades deportivas					
34. Me gusta mi cara y mi cuerpo					
35. No me veo en el grupo de quienes tienen mucha fuerza física					
36. Físicamente me siento peor que los demás					

Anexo 4. Prueba de normalidad

Tabla 11

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones en el Inventario de Personalidad eficaz en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

	Z de K-S	Sig.(p)	
Personalidad eficaz	,080	,004	**
Autorrealización académica	,115	,000	**
Autorrealización social	,118	,000	**
Autoeficacia resolutiva	,115	,000	**
Autoestima	,132	,000	**

Nota: N: Tamaño de muestra; KS: Estadístico de Kolmogorov-Smirnov. **p< .01

Tabla 12

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de la Escala de Autoconcepto físico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

	K-S	Sig.(p)
Habilidad deportiva	,229	,000 **
Condición física	,236	,000 **
Atractivo físico	,254	,000 **
Fuerza	,275	,000 **
Autoconcepto físico general	,322	,000 **
Autoconcepto general	,295	,000 **

Nota: K-S: Estadístico de Kolmogorov-Smirnov. **p< .01

Anexo 5. Pruebas piloto para los instrumentos

Tabla 13

Evaluación de ítems a través del coeficiente de correlación Ítem-test corregido del Cuestionario de Autoconcepto Físico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

Ítem	ritc	Ítem	ritc	Ítem	ritc
Ítem 01	0,54	Ítem 08	0,28	Ítem 04	0,40
Ítem 06	0,39	Ítem 12	0,54	Ítem 14	0,48
Ítem 17	0,47	Ítem 19	0,52	Ítem 16	0,42
Ítem 23	0,30	Ítem 25	0,37	Ítem 21	0,43
Ítem 28	0,48	Ítem 30	0,44	Ítem 26	0,42
Ítem 33	0,42	Ítem 34	0,45	Ítem 36	0,44
Ítem 02	0,43	Ítem 03	0,36	Ítem 05	0,27
Ítem 07	0,34	Ítem 09	0,28	Ítem 10	0,33
Ítem 11	0,30	Ítem 12	0,46	Ítem 15	0,32
Ítem 18	0,52	Ítem 20	0,48	Ítem 22	0,38
Ítem 24	0,38	Ítem 31	0,44	Ítem 27	0,35
Ítem 29	0,51	Ítem 35	0,33	Ítem 32	0,32

Nota: ritc: índice de correlación ítem-escala corregido; (a): Ítem de contribución válida si ritc es mayor o igual a .20.

En la tabla 13, se observa que en el Cuestionario de Autoconcepto Físico aplicado a estudiantes de una universidad privada de Trujillo, los ítems que lo conforman presentan índices de correlación ítem-test-correctos que oscilan en el rango de mayores a .20, establecido como valor mínimo aceptable con valores dentro del rango de ,270 a 540.

Tabla 14

Evaluación de ítems a través del coeficiente de correlación Ítem-test corregido de la Escala de Personalidad eficaz en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

Ítem	ritc	Ítem	ritc
Ítem 01	,578	Ítem 13	,186*
Ítem 02	,607	Ítem 14	,181*
Ítem 03	,591	Ítem 15	,461
Ítem 04	,596	Ítem 16	,479
Ítem 05	,521	Ítem 17	,464
Ítem 06	,403	Ítem 18	,509
Ítem 07	,542	Ítem 19	,513
Ítem 08	,491	Ítem 20	,478
Ítem 09	,209+	Ítem 21	,499
Ítem 10	,222	Ítem 22	,638
Ítem 11	,217	Ítem 23	,584
Ítem 12	,357		

Nota: ritc: índice de correlación ítem-escala corregido; (a): Ítem de contribución válida si ritc es mayor o igual a .20. o son significativos ($p < .05$).

Los resultados presentados en la tabla 14, corresponden a los coeficientes de correlación Ítem-escala corregidos, de la Escala de Personalidad eficaz, evidenciando que veintiuno de los ítems que constituyen la escala presentan índices de correlación ítem-escala corregidos con valores que oscilan entre .209 a .638, superando al valor mínimo establecido de .20; En tanto que los ítems trece y catorce presentan coeficientes de correlación ítem-test corregidos menores a .20; sin embargo son significativos por tanto contribuyen en medir lo que se pretende medir.

Tabla 15 *Confiabilidad de la Escala de Personalidad eficaz en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*

Confiabilidad de la Escala de Personalidad eficaz en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

	α	N° ítems
Habilidad deportiva	6	.685
Condición Física	6	.668
Atractivo Físico	6	.683
Fuerza	6	.653
Autoconcepto Físico General	6	.684
Autoconcepto General	6	.601

Nota. α : Coeficiente alfa de Cronbach

En la tabla 15, se presenta la confiabilidad según el coeficiente alfa de Cronbach de la Escala de las escalas del Cuestionario de Autoconcepto Físico, en estudiantes de una universidad privada de Trujillo, apreciando que las escalas Habilidad deportiva, Condición Física, Atractivo Físico, Fuerza, Autoconcepto Físico General y Autoconcepto General, evidencian una confiabilidad aceptable en la población investigada, con valores que oscilan entre ,601 a ,685.

Tabla 16 *Confiabilidad del Cuestionario de Cuestionario de Personalidad eficaz en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*

Confiabilidad del Cuestionario de Cuestionario de Personalidad eficaz en estudiantes de una universidad privada de Trujillo

	α	N° ítems
Cuestionario de Personalidad eficaz	,808	23

Nota. ω : Coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach

En la tabla 16, se observa la confiabilidad por consistencia interna mediante el coeficiente alfa de Cronbach en estudiantes de una universidad privada de Trujillo, del modelo estructurado en veintitrés ítems; observando que el coeficiente alfa de Cronbach a nivel general de ,808 que corresponde a un nivel de confiabilidad muy bueno.