

Violencia Digital y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de modalidad en línea: Un análisis desde la psicología forense**Digital Violence and psychological Well-Being In online university students: A forensic psychology analysis***Lady Jael Gutiérrez Buenaño, Jhimmy Andrés Gutiérrez Santana, Gary Alejandro Loores Escobar***CIENCIA, TECNOLOGÍA Y
SOCIEDAD****Julio - diciembre, V°7-N°2; 2026****Recibido: 30 -07-2026****Aceptado: 10 -08-2026****Publicado: 31- 12-2026****PAIS**

- Esmeraldas - Esmeraldas
- El Oro - Ecuador
- Esmeraldas - Ecuador
- Chimborazo – Ecuador

INSTITUCION

- Universidad Técnica de Manabí
- Universidad Técnica de Manabí
- Universidad Técnica de Manabí

CORREO:

- ✉ lgutierrez4873@utm.edu.ec
- ✉ jhimmy.gutierrez@utm.edu.ec
- ✉ gary.loor01@utm.edu.ec

ORCID:

- 🌐 <https://orcid.org/0000-0002-4050-5607>
- 🌐 <https://orcid.org/0000-0003-2442-5815>
- 🌐 <https://orcid.org/0009-0004-2542-4990>

FORMATO DE

Gutiérrez, L. Gutiérrez, J. & Loores, G. (2026). *Violencia Digital y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de modalidad en línea: Un análisis desde la psicología forense*. Revista G-ner@ndo, V°7 (N°2), p. 3199 – 3209.

Resumen

La violencia digital constituye un riesgo psicosocial creciente en la educación superior en línea, particularmente en carreras como Trabajo Social, cuyo ejercicio profesional exige un manejo intensivo de plataformas digitales. Persiste un vacío respecto de su relación cuantificable con el bienestar psicológico desde el modelo eudaimónico de Ryff y de sus implicaciones forenses para la valoración del daño psicosocial. El estudio analizó la influencia de la violencia digital sobre el bienestar psicológico de 92 estudiantes de Trabajo Social, modalidad en línea, de una universidad pública ecuatoriana, mediante un diseño cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional. Se aplicaron el Cuestionario de Violencia Digital (CVD-UX) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (versión española de Díaz et al., 2006). Los resultados muestran una prevalencia baja de violencia digital, concentrada en la exclusión digital y el ciberacoso, y niveles medio-altos de bienestar psicológico global. No obstante, el análisis correlacional evidenció una asociación negativa y estadísticamente significativa entre ambas variables ($\rho = -0,47$; $p < 0,001$), confirmada mediante regresión lineal múltiple, en la que la violencia digital explicó el 23 % de la varianza del bienestar psicológico incluso controlando variables sociodemográficas. Se concluye que la baja prevalencia no equivale a ausencia de riesgo: incluso niveles leves de exposición generan un deterioro psicológico medible, particularmente en el dominio del entorno y la autoaceptación, lo que sustenta la necesidad de protocolos institucionales de prevención y de valoración forense-psicosocial temprana en universidades con oferta en línea.

Palabras clave: violencia digital; bienestar psicológico; estudiantes universitarios; educación en línea; psicología forense.

Abstract

Digital violence has become a growing psychosocial risk in online higher education, particularly in fields such as Social Work, whose professional practice requires intensive use of digital platforms. A gap remains regarding its quantifiable relationship with psychological well-being, understood through Ryff's eudaimonic model, and its forensic implications for assessing psychosocial harm. This study analyzed the influence of digital violence on the psychological well-being of 92 online Social Work students at an Ecuadorian public university, using a quantitative, non-experimental, cross-sectional, correlational design. The Digital Violence Questionnaire (CVD-UX) and the Ryff Scales of Psychological Well-Being (Spanish version by Díaz et al., 2006) were applied. Results show a low prevalence of digital violence, concentrated in digital exclusion and cyberbullying, alongside medium-high levels of global psychological well-being. However, correlational analysis revealed a significant negative association between both variables ($\rho = -0.47$; $p < .001$), confirmed through multiple linear regression, in which digital violence explained 23% of the variance in psychological well-being even after controlling for sociodemographic variables. The study concludes that low prevalence does not equal absence of risk: even mild exposure produces measurable psychological deterioration, particularly in environmental mastery and self-acceptance, supporting the need for institutional prevention protocols and early forensic-psychosocial assessment in universities offering online programs.

Keywords: digital violence; psychological well-being; university students; online education; forensic psychology.

Introducción

La violencia digital se ha convertido en una problemática creciente dentro de la educación superior en línea, con efectos significativos sobre el bienestar psicológico y el desarrollo académico del estudiantado. Este fenómeno se inscribe en un incremento global de sintomatología ansiosa, depresiva y de baja autoestima entre jóvenes universitarios, reconocido tanto por la Organización de las Naciones Unidas (2016) como por la Organización Mundial de la Salud (2022) como un asunto prioritario de salud mental. Esta problemática adquiere especial relevancia en la carrera de Trabajo Social modalidad en línea, cuyo ejercicio profesional demanda un uso intensivo de plataformas digitales de comunicación, y cuyo estudiantado está expuesto de forma continua a ciberacoso, difusión no consentida de información, suplantación de identidad, discursos hostiles y exclusión digital. La ausencia de protocolos claros y de acompañamiento psicosocial adecuado constituye una brecha que perpetúa el ciclo de violencia y dificulta que las víctimas denuncien o reciban apoyo oportuno.

La violencia digital se define como el conjunto de conductas intencionales dirigidas a causar daño a través de dispositivos conectados a internet -hostigamiento reiterado, amenazas, difusión no consentida de contenidos, suplantación de identidad o exclusión deliberada en comunidades virtuales- (Ministerio de Educación del Ecuador, 2023; OHCHR, 2022). Cuatro rasgos del entorno digital -la persistencia de los contenidos, la amplificación de audiencia, el anonimato potencial del agresor y la dificultad de desconexión- explican por qué sus efectos psicosociales pueden ser tan profundos como los de la violencia presencial, incluso cuando su frecuencia reportada es baja. El bienestar psicológico, desde la perspectiva eudaimónica de Ryff (1989) y Ryff y Keyes (1995), se compone de seis dimensiones -autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal- que en el estudiantado universitario se ven atravesadas por estresores estructurales como la carga académica, las presiones económicas y, cada vez más, la exposición digital constante.

La asociación entre violencia digital y deterioro del bienestar psicológico cuenta con respaldo empírico creciente: revisiones sistemáticas recientes documentan asociaciones significativas entre ciber-victimización y sintomatología depresiva y ansiosa en poblaciones universitarias (Arif et al., 2024; Guo et al., 2025), mientras que estudios longitudinales confirman que la victimización digital predice incrementos posteriores en depresión, ansiedad y soledad (Lee et al., 2025). Desde la Psicología Forense, disciplina que articula el conocimiento psicológico con el sistema de justicia para evaluar el daño psíquico, este vínculo cobra una relevancia adicional: la ciberpsicología forense estudia tanto los procesos motivacionales de las conductas ilícitas en entornos virtuales como sus consecuencias psicológicas en las víctimas, y advierte que la evaluación del daño no puede limitarse a registrar síntomas, sino que debe analizar su intensidad, duración y relación causal con los hechos (Ciberpsicología.es, 2026; Psiquiatría.com, 2025).

La tesis que articula este artículo sostiene que la magnitud del daño psicológico asociado a la violencia digital no debe medirse únicamente por su prevalencia, sino por la fuerza de su asociación con el deterioro del bienestar psicológico allí donde ocurre. Bajo esta premisa, el estudio se propuso responder a la pregunta: ¿cómo se relaciona la exposición a violencia digital

con el bienestar psicológico de estudiantes de la carrera de Trabajo Social, modalidad en línea, de una universidad pública ecuatoriana? Se planteó como objetivo general analizar dicha influencia desde un enfoque forense, y como hipótesis de trabajo que existe una asociación negativa significativa entre ambas variables. Para ello se empleó un diseño cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional, con una muestra de 92 estudiantes. El artículo se organiza en las siguientes secciones: metodología, que describe el diseño, los instrumentos y el procedimiento; resultados, que presenta los hallazgos descriptivos y correlacionales; discusión, que interpreta estos hallazgos a la luz de la literatura; y conclusiones, que sintetizan sus implicaciones para la gestión institucional del bienestar estudiantil.

Método y materiales

El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo y correlacional y un componente explicativo derivado del análisis de regresión lineal múltiple. El diseño fue no experimental, transversal y correlacional: las variables de interés -exposición a violencia digital y bienestar psicológico- no fueron manipuladas, sino observadas y medidas en un único momento. Este diseño permite identificar asociaciones y mecanismos plausibles, pero no establecer relaciones de causalidad.

La muestra estuvo conformada por 92 estudiantes de la carrera de Trabajo Social, modalidad en línea, de una universidad pública ecuatoriana, seleccionados mediante muestreo aleatorio a partir del listado de matriculados. Se aplicó un cuestionario integrado por tres instrumentos: (a) variables sociodemográficas de caracterización y control; (b) el Cuestionario de Violencia Digital (CVD-UX), validado mediante juicio de expertos y prueba piloto, que evalúa seis dimensiones -ciberacoso, discursos hostiles, difusión no consentida, suplantación de identidad, amenazas digitales y exclusión digital- mediante escalas tipo Likert de 1 a 5; y (c) la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (SPWB), en su versión española de Díaz et al. (2006), que mide las seis dimensiones del modelo eudaimónico mediante una escala de 1 a 6.

La aplicación se organizó en tres fases: preparación (validación de instrumentos y programación del cuestionario digital), aplicación (envío del enlace junto con el consentimiento informado, con un período de respuesta de dos semanas) y revisión documental paralela de protocolos institucionales y literatura especializada en Dialnet, SciELO, Latindex, Redalyc y Scopus. El análisis de datos incluyó estadística descriptiva, verificación de supuestos de normalidad (Kolmogorov-Smirnov/Shapiro-Wilk) y de confiabilidad (alfa de Cronbach), correlación de Spearman entre la puntuación total del CVD-UX y las dimensiones de la Escala de Ryff, y regresión lineal múltiple controlando variables sociodemográficas (sexo, edad, semestre y situación laboral), con un nivel de significación $\alpha = 0,05$. El estudio se ajustó a los principios éticos de la Declaración de Helsinki, el Informe Belmont y las normas APA (7.^a ed.). La participación fue voluntaria y precedida de consentimiento informado digital, garantizando el anonimato de las respuestas, la confidencialidad de los datos y el derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias académicas.

Análisis de resultados

La muestra presentó una composición predominantemente femenina (73,9 %), con edades concentradas entre 18 y 25 años (52,2 %) y una mayoría que combina estudio y trabajo (66,3 %). El 68,5 % de los participantes nunca recibió capacitación formal en seguridad digital, como se observa en la Tabla 1.

Tabla 1.

Perfil sociodemográfico y de acceso digital de la muestra (n = 92)

Variable	Categoría	%
Sexo	Mujer	73.9
Edad	18-25 años	52.2
Situación laboral	Trabaja además de estudiar	66.3
Conectividad	Estable / muy estable	66.3
Capacitación en seguridad digital	No ha recibido	68.5

Fuente: CVD-UX, estudiantes de la carrera de Trabajo Social, modalidad en línea, 2025.

La violencia digital mostró una prevalencia global baja ($M = 1,33$; $DE = 0,58$, escala 1-5). Las dimensiones con mayor incidencia fueron la exclusión digital ($M = 1,58$) y el ciberacoso ($M = 1,48$); las amenazas digitales ($M = 1,12$) y la suplantación de identidad ($M = 1,17$) registraron las puntuaciones más bajas (Tabla 2; Figura 1).

Tabla 2.

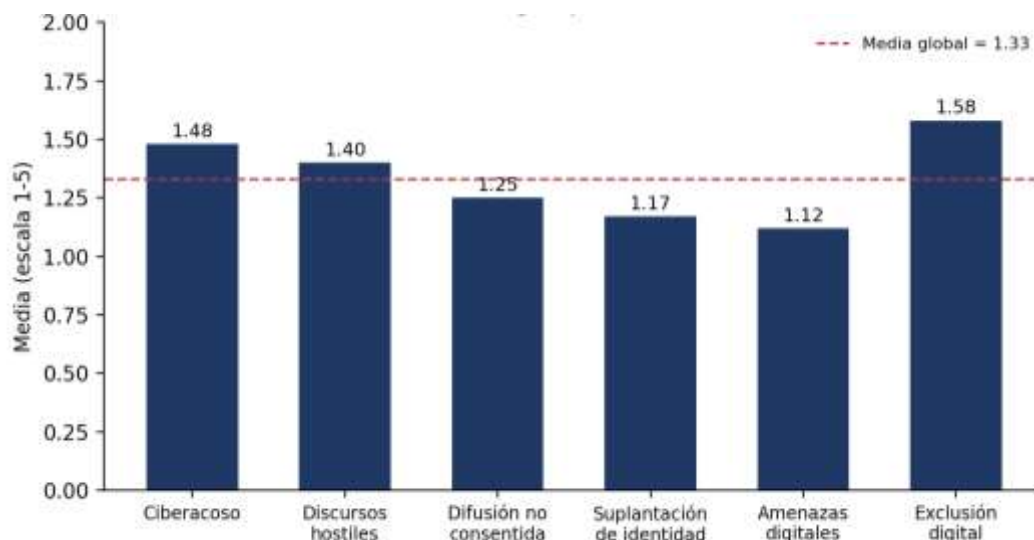
Prevalencia de violencia digital por dimensión (CVD-UX; n = 92)

Dimensión	Media	DE
Ciberacoso	1.48	0.82
Discursos hostiles	1.40	0.74
Difusión no consentida	1.25	0.58
Suplantación de identidad	1.17	0.51
Amenazas digitales	1.12	0.44
Exclusión digital	1.58	0.94
Puntuación global	1.33	0.58

Escala: 1 = Nunca; 5 = Siempre. Fuente: CVD-UX, Módulo B, 2025.

Figura 1.

Prevalencia de violencia digital por dimensión.



Fuente: elaboración propia a partir de datos del CVD-UX (n = 92), 2025.

El impacto académico y psicosocial percibido fue bajo en general (todos los ítems con $M < 1,50$ en escala 1-5); los indicadores más altos fueron la ansiedad o estrés por agresiones digitales ($M = 1,41$) y la afectación de la concentración ($M = 1,38$) (Tabla 3).

Tabla 3.

Impacto académico y psicosocial percibido (CVD-UX, Módulo D; n = 92)

Indicador	Media	DE
Afectó negativamente la concentración	1.38	0.71
Dificultad para entrega de tareas	1.22	0.55
Consideró abandonar la carrera	1.09	0.38
Redujo participación académica en línea	1.31	0.63
Miedo o inseguridad al conectarse	1.27	0.59
Ansiedad o estrés por agresiones digitales	1.41	0.73
Tristeza o desmotivación	1.33	0.65
Afectó negativamente la autoestima	1.24	0.57
Dificultades para dormir	1.18	0.50
Sentimiento de aislamiento social	1.15	0.48

Escala: 1 = Nunca; 5 = Siempre. Fuente: CVD-UX, Módulo D, 2025.

Se identificó una brecha entre el apoyo social informal percibido ($M = 4,12$) y el conocimiento de los recursos institucionales de atención (M entre 2,65 y 2,87) (Tabla 4).

Tabla 4.*Apoyo social percibido (CVD-UX, Módulo D3; n = 92)*

Indicador	Media	DE
Cuenta con una persona de confianza a quien acudir	4.12	0.81
La universidad dispone de mecanismos efectivos	2.87	1.02
Conoce los servicios de apoyo institucionales	2.71	1.09
Los docentes están preparados para atender violencia digital	2.65	1.07

Escala: 1 = Nunca; 5 = Siempre. Fuente: CVD-UX, Módulo D3, 2025.

En cuanto al bienestar psicológico, la muestra reportó niveles medio-altos a altos (M global = 4,27; DE = 0,53, escala 1-6). Las dimensiones más desarrolladas fueron el crecimiento personal (M = 4,52) y el propósito en la vida (M = 4,44); la autonomía (M = 3,98) registró la puntuación más baja (Tabla 5; Figura 2).

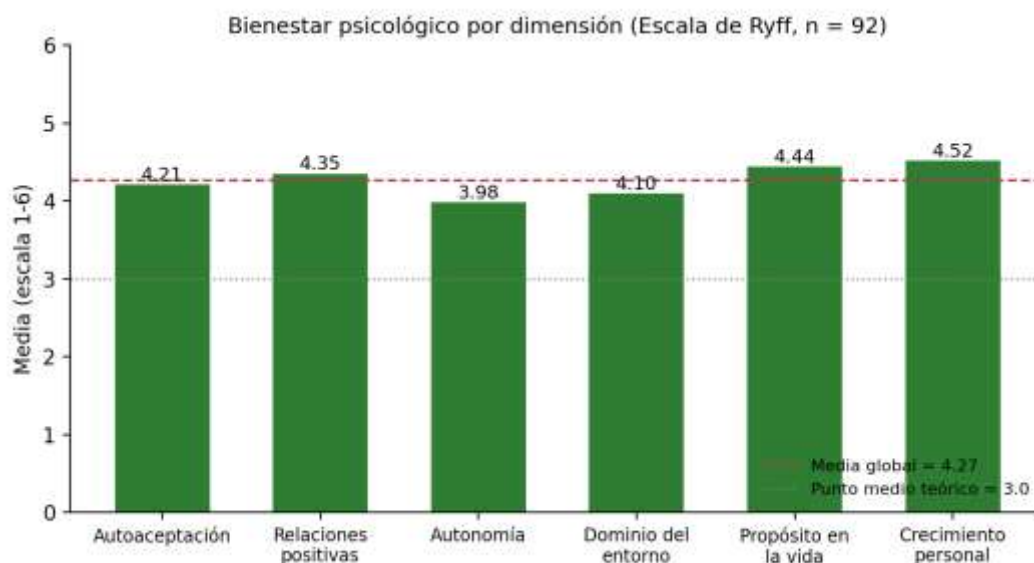
Tabla 5.*Puntuaciones en la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (n = 92)*

Dimensión	Media	Nivel interpretativo
Autoaceptación	4.21	Medio-alto
Relaciones positivas	4.35	Alto
Autonomía	3.98	Medio
Dominio del entorno	4.10	Medio-alto
Propósito en la vida	4.44	Alto
Crecimiento personal	4.52	Alto
Puntuación global	4.27	Medio-alto

Escala: 1 = Totalmente en desacuerdo; 6 = Totalmente de acuerdo. Fuente: SPWB-Ryff, versión española de Díaz et al. (2006), 2025.

Figura 2.

Bienestar psicológico por dimensión de la Escala de Ryff.



Fuente: elaboración propia a partir de datos de la SPWB-Ryff (n = 92), 2025.

El análisis correlacional identificó relaciones negativas estadísticamente significativas entre la violencia digital y todas las dimensiones del bienestar psicológico. La correlación global fue moderada ($\rho = -0,47$; $p < 0,001$), siendo el dominio del entorno ($\rho = -0,44$) y la autoaceptación ($\rho = -0,42$) las dimensiones más afectadas (Tabla 6; Figura 3). La regresión lineal múltiple, controlando sexo, edad, semestre y situación laboral, confirmó que la violencia digital es un predictor negativo significativo del bienestar psicológico global, explicando el 23 % de su varianza.

Tabla 6.

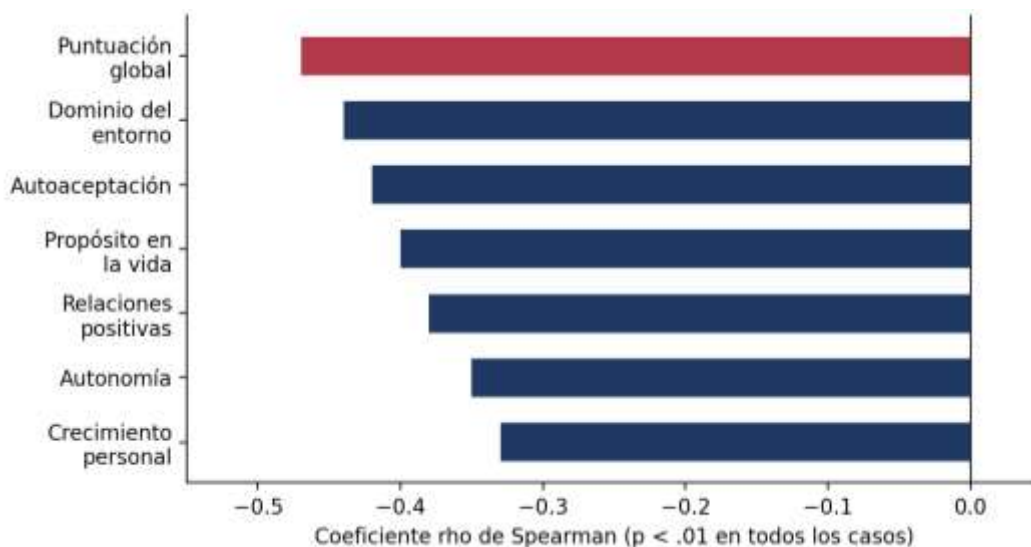
Correlaciones de Spearman entre violencia digital (CVD-UX) y dimensiones de la Escala de Ryff (n = 92)

Dimensión Ryff	ρ	p	Magnitud
Autoaceptación	-0.42	< .001	Mediana
Relaciones positivas	-0.38	< .001	Pequeña-mediana
Autonomía	-0.35	< .001	Pequeña
Dominio del entorno	-0.44	< .001	Mediana
Propósito en la vida	-0.40	< .001	Mediana
Crecimiento personal	-0.33	< .01	Pequeña
Puntuación global	-0.47	< .001	Mediana

Interpretación de magnitud: $r = 0.10-0.29$ pequeño; $0.30-0.49$ mediano; ≥ 0.50 grande (Cohen, 1988).

Figura 3.

Correlación entre violencia digital y bienestar psicológico por dimensión de Ryff.



Fuente: elaboración propia a partir del análisis correlacional de Spearman (n = 92), 2025.

Discusión

El hallazgo central de este estudio -baja prevalencia de violencia digital combinada con una asociación negativa y significativa con el bienestar psicológico- reformula la pregunta habitual en la literatura: no basta con establecer qué tan frecuente es la violencia digital, sino documentar que, allí donde ocurre, su efecto psicológico es real, medible y estadísticamente robusto. Esta prevalencia ($M = 1,33$) es sensiblemente menor a la reportada en encuestas nacionales sobre ciberacoso en población internauta adulta, como el Módulo sobre Ciberacoso (MOCIBA) del Instituto Nacional de Estadística y Geografía de México, que documenta tasas de victimización considerablemente más altas entre usuarios de internet (INEGI, 2022). Tres factores podrían explicar esta diferencia: la modalidad en línea reduce la interacción entre pares asociada al ciberacoso presencial; el perfil etario relativamente maduro de la muestra (47,8 % supera los 25 años) puede conferir mayor resiliencia digital; y la ausencia de mediciones previas en la institución implica que este estudio capta una línea base real, no necesariamente una situación de crisis.

Sin embargo, la baja incidencia no equivale a ausencia de riesgo. La literatura sobre ciberacoso universitario advierte de manera recurrente que el estudiantado tiende a normalizar conductas que constituyen violencia digital, lo que puede producir una subestimación sistemática en instrumentos de autoinforme (UNAM, 2022); en efecto, la exclusión digital y el ciberacoso -las dimensiones más reportadas en este estudio- corresponden a experiencias frecuentemente percibidas como "normales" en entornos académicos virtuales. Los resultados coinciden con revisiones sistemáticas recientes en la magnitud de la asociación entre ciber-victimización y sintomatología depresiva y ansiosa (Arif et al., 2024; Guo et al., 2025), y la brecha entre apoyo

social informal y conocimiento institucional es consistente con lo señalado por la Defensoría de los Derechos Universitarios de la UNAM (2022).

Desde el modelo eudaimónico de Ryff, resulta coherente que el dominio del entorno y la autoaceptación sean las dimensiones más afectadas: la victimización digital erosiona precisamente la percepción de control sobre el propio entorno y la valoración positiva de uno mismo, dimensiones que sostienen la resiliencia psicológica frente a la adversidad. Desde la perspectiva forense que orienta este artículo, esto significa que, incluso en escenarios de baja incidencia, la violencia digital deja una huella psicosocial cuantificable: los síntomas de ansiedad y de afectación de la concentración, aunque leves a nivel grupal, representan señales de alerta que en individuos específicamente afectados pueden constituir daño psicológico relevante desde el punto de vista pericial, lectura que cobra particular urgencia si se considera que el 68,5 % del estudiantado no ha recibido capacitación en seguridad digital. El estudio presenta limitaciones: el diseño transversal impide establecer causalidad, la muestra se circunscribe a una carrera y una institución, y los instrumentos de autoinforme pueden subestimar la prevalencia real por efecto de la normalización descrita. Futuras investigaciones deberían incorporar diseños longitudinales y muestras multicéntricas que permitan contrastar estos hallazgos con otros contextos universitarios latinoamericanos.

Conclusiones

La violencia digital, aun con baja prevalencia entre estudiantes de Trabajo Social en modalidad en línea, mantiene una asociación negativa y estadísticamente significativa con el bienestar psicológico, predictora del 23 % de su varianza incluso al controlar variables sociodemográficas. Esta evidencia reformula el criterio con el que las instituciones de educación superior deben abordar el fenómeno: la prioridad de intervención no debe fijarse exclusivamente en función de la frecuencia reportada, sino de la magnitud del daño psicosocial asociado a cada episodio, particularmente en las dimensiones de dominio del entorno y autoaceptación.

Desde la perspectiva forense que articula este artículo, la valoración institucional de la violencia digital requiere superar el registro meramente descriptivo de su prevalencia para avanzar hacia protocolos de identificación temprana y documentación del daño psicosocial, considerando que más de dos tercios del estudiantado carece de capacitación en seguridad digital y que el conocimiento de los mecanismos institucionales de apoyo es sustancialmente menor que la confianza depositada en redes informales. Las universidades con oferta en línea tienen la oportunidad de posicionarse como referentes en la construcción de entornos digitales seguros, integrando la valoración forense-psicosocial en su estructura de bienestar estudiantil.

Como agenda de investigación futura, se recomienda el desarrollo de estudios longitudinales que permitan establecer relaciones causales entre la exposición a violencia digital y el deterioro del bienestar psicológico, así como investigaciones multicéntricas que contrasten estos hallazgos con otras carreras, modalidades e instituciones de educación superior en América Latina.

Referencias bibliográfica

- Arif, A., Qadir, M. A., Martins, R. S., & Khuwaja, H. M. A. (2024). The impact of cyberbullying on mental health outcomes amongst university students: A systematic review. *PLOS Mental Health*, 1(6), e0000166. <https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000166>
- Ciberpsicología.es. (2026, 5 de enero). *Introducción a la ciberpsicología forense: Comprender la mente tras los ciberdelitos*. <https://ciberpsicologia.es/introduccion-a-la-ciberpsicologia-forense/>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572–577.
- Guo, J., Chen, Q., Liu, Y., & Zhang, L. (2025). Psychological well-being as a predictor of cyberbullying victimization in university students: A Bayesian approach. *Frontiers in Education*, 10, 1563122. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1563122>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2022). *Módulo sobre Ciberacoso (MOCIBA)*. Gobierno de México.
- Lee, J., Choo, H., Zhang, Y., Cheung, H. S., Zhang, Q., & Ang, R. P. (2025). Cyberbullying victimization and mental health symptoms among children and adolescents: A meta-analysis of longitudinal studies. *Trauma, Violence, & Abuse*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/15248380241313051>
- Li, P., Shen, Y., & Zhang, T. (2025). *Mechanisms linking cyberbullying victimization to depression: The mediating role of sleep disturbance*. University of Edinburgh. <https://www.pure.ed.ac.uk/ws/portalfiles/portal/592906330/LiEtalCPR2025MechanismLinkingCyberbullying.pdf>
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2023, septiembre). *Protocolo de actuación frente a situaciones de violencia digital detectadas en el Sistema Nacional de Educación*. Gobierno del Ecuador. https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2023/09/protocolo_frente_a_violencia_digital.pdf
- Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. (2022). *La dimensión digital de la violencia contra las mujeres y las niñas*. CEDAW. [Documento de OHCHR](#)
- Organización de las Naciones Unidas. (2016). *Informe del Secretario General: La violencia contra la mujer en línea*. Naciones Unidas.
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud mental: Nuevos datos en el contexto pospandémico*. Organización Mundial de la Salud.
- Psiquiatría.com. (2025, 21 de mayo). *Trastornos de la salud mental en víctimas de ciberdelincuencia: Un enfoque desde la psicología forense*. <https://psiquiatria.com/salud-mental/trastornos-de-la-salud-mental-en-victimas-de-ciberdelincuencia-un-enfoque-desde-la-psicolog>
-

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

Universidad Nacional Autónoma de México, Defensoría de los Derechos Universitarios. (2022). *Acoso escolar y cyberbullying: Retos, prevención y atención en el contexto universitario*. Universidad Nacional Autónoma de México. [Documento de la UNAM](#)