



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA
La Universidad Católica de Loja

ÁREA SOCIOHUMANÍSTICA

LICENCIADA EN PSICOLOGIA GENERAL

TRABAJO DE TITULACIÓN

Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar
Psicológico y su Estructura Factorial en Universitarios
Ecuatorianos

Autora: Salcedo Bermeo, Rosana Catalina

Directora: Vaca Gallegos, Silvia Libertad

LOJA - ECUADOR
2020



Esta versión digital, ha sido acreditada bajo la licencia Creative Commons 4.0, CC BY-NY-SA: Reconocimiento-No comercial-Compartir igual; la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales y se permiten obras derivadas, siempre que mantenga la misma licencia al ser divulgada. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>

2021

Aprobación del director del Trabajo de Titulación

Loja, 26 de junio, de 2021

Mgtr.

Geovanny Eduardo Cuenca Poma

Coordinador de Titulación

Ciudad. -

De mi consideración:

El presente Trabajo de Titulación denominado: Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico y su estructura factorial en universitarios ecuatorianos, realizado por Rosana Catalina Salcedo Bermeo, ha sido orientado y revisado durante su ejecución, por cuanto se aprueba la presentación del mismo. Así mismo, doy fe que dicho Trabajo de Titulación ha sido revisado por la herramienta antiplagio institucional.

Particular que comunico para los fines pertinentes.

Atentamente,

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Silvia Libertad Vaca Gallegos', written over a faint rectangular stamp.

Firma del Director del Trabajo de Titulación

Dra. Silvia Libertad Vaca Gallegos

C.I.: 0602906869

Declaración de autoría y cesión de derechos

“Yo, Rosana Catalina Salcedo Bermeo, declaro y acepto en forma expresa lo siguiente:

- Ser autora del Trabajo de Titulación denominado: Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico y su estructura factorial en universitarios ecuatorianos, de la Titulación de Psicología General, específicamente de los contenidos comprendidos en: Introducción, Capítulo 1. Marco teórico: calidad de vida y bienestar; contextualización de bienestar psicológico y modelo multidimensional de Carol Ryff, Capítulo 2. Metodología de la investigación: objetivos, tipo y diseño de investigación, población y muestra de estudio, instrumentos, procedimiento y análisis de datos, Capítulo 3. Resultados y Discusión de resultados, conclusiones y recomendaciones, siendo la Dra. Silvia Libertad Vaca Gallegos, directora del presente trabajo; y, en tal virtud, eximo expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones judiciales o administrativas, en relación a la propiedad intelectual. Además, ratifico que las ideas, conceptos, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo son de mi exclusiva responsabilidad.
- Que mi obra, producto de mis actividades académicas y de investigación, forma parte del patrimonio de la Universidad Técnica Particular de Loja, de conformidad con el artículo 20, literal j), de la Ley Orgánica de Educación Superior; y, artículo 91 del Estatuto Orgánico de la UTPL, que establece: “Forman parte del patrimonio de la Universidad la propiedad intelectual de investigaciones, trabajos científicos o técnicos y tesis de grado que se realicen a través, o con el apoyo financiero, académico o institucional (operativo) de la Universidad”.
- Autorizo a la Universidad Técnica Particular de Loja para que pueda hacer uso de mi obra con fines netamente académicos, ya sea de forma impresa, digital y/o electrónica o por cualquier medio conocido o por conocerse, sirviendo el presente instrumento como la fe de mi completo consentimiento; y, para que sea ingresada al Sistema Nacional de

Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública, en cumplimiento del artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'R. Salcedo Bermeo', written in a cursive style.

Firma:

Autor: Rosana Catalina Salcedo Bermeo

C.I.: 1105935108.

Dedicatoria

A mis padres, Martha y Franco por su constante entrega a ser buenos padres, por todo el sacrificio y esfuerzo que han hecho para apoyarme incondicionalmente a conseguir mi superación personal y metas propuestas.

A mis hermanas, Sofia y Aitana por su apoyo sincero y a su manera darme fuerzas para salir adelante.

A mi compañero incondicional, Carlos, quien siempre me ha impulsado a ser mejor, sobre todo en la parte académica, apoyándome de la mejor manera.

A Mila quien es luz y motivación para salir adelante en los momentos difíciles.

A toda mi familia, principalmente a mi abuelita Rosita, quien es mi modelo a seguir por su valentía y ganas de vivir la vida al máximo; y a todas las personas que me han acompañado en este camino.

A mis docentes por todo el cariño, dedicación y completa entrega para ayudarme a culminar con este trabajo de fin de carrera.

Agradecimiento

Agradezco a la Universidad Técnica Particular de Loja por permitirme formar en su prestigiosa institución y adquirir todos los conocimientos y saberes para desarrollarme profesionalmente.

A mis docentes por la gran dedicación a formar profesionales, por sus exigencias y motivación, sobre todo a la Dra. Silvia Vaca por todo el compromiso, conocimientos brindados y la paciencia para guiarme con el desarrollo de esta tesis.

Y finalmente a todas las personas y compañeros que se han atravesado en mi camino, y me han dado confianza y motivación para lograr mis objetivos.

Índice de Contenido

| | |
|---|-----|
| Carátula..... | I |
| Aprobación del director del Trabajo de Titulación | II |
| Declaración de autoría y cesión de derechos | III |
| Dedicatoria..... | V |
| Agradecimiento..... | VI |
| Índice de Contenido..... | VII |
| Resumen..... | 1 |
| Abstract..... | 2 |
| Introducción..... | 3 |
| Capítulo uno..... | 5 |
| Marco Teórico..... | 5 |
| 1.1 Calidad de vida y bienestar | 5 |
| 1.1.1 <i>Conceptualización de Calidad de vida</i> | 5 |
| 1.1.2 <i>Perspectiva multidisciplinar de la calidad de vida</i> | 7 |
| 1.1.3 <i>Calidad de vida y su relación con el bienestar y el bienestar psicológico</i> | 10 |
| 1.2 Contextualización del bienestar psicológico | 12 |
| 1.2.1 <i>Perspectiva hedónica y eudaimónica</i> | 13 |
| 1.2.2 <i>Variables asociadas al bienestar psicológico</i> | 15 |
| 1.2.3 <i>Importancia del bienestar psicológico en población joven y universitaria</i> | 24 |
| 1.3 Modelo multidimensional de Bienestar Psicológico de Carol Ryff | 25 |
| 1.3.1 <i>Fundamentación teórica y dimensiones de estudio</i> | 25 |
| 1.3.2 <i>Principales resultados de la escala de bienestar psicológico de Ryff</i> | 28 |
| Capítulo dos..... | 31 |
| Diseño Metodológico..... | 31 |
| 2.1 Objetivos de investigación | 31 |
| 2.1.1 <i>Objetivo General</i> | 31 |
| 2.1.2 <i>Objetivos Específicos</i> | 31 |
| 2.2 Tipo y diseño de investigación | 31 |
| 2.3 Población y muestra de estudio | 32 |
| 2.3.1 <i>Descripción de variables sociodemográficas</i> | 32 |
| 2.4 Instrumentos de recogida de información | 32 |
| 2.4.1 <i>Cuestionario “Termómetro de la Familia” (Ad. Hoc)</i> | 32 |
| 2.4.2 <i>Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptación al español por Díaz et al.</i> | 33 |
| 2.5 Procedimiento | 35 |
| 2.6 Análisis de datos | 36 |
| Capítulo tres..... | 37 |
| Resultados y Discusión..... | 37 |
| 3.1 Resultados | 37 |
| 3.2 Discusión | 44 |

| | |
|----------------------|----|
| Conclusiones..... | 47 |
| Recomendaciones..... | 48 |
| Referencias..... | 49 |
| Apéndice..... | 65 |

Índice de Tablas

| | |
|---|----|
| Tabla 1 Artículos que estudian la relación de familia y bienestar psicológico..... | 16 |
| Tabla 2 Artículos que estudian la relación de logros académicos y bienestar psicológico..... | 20 |
| Tabla 3 Artículos que estudian la relación entre hábitos de vida saludable y bienestar psicológico.... | 22 |
| Tabla 4 Descripción de la escala de bienestar psicológico a través de sus dimensiones..... | 27 |
| Tabla 5 Estudios sobre propiedades psicométricas de la Escala de Ryff en universitarios en diferentes países desde el 2010 al 2020..... | 29 |
| Tabla 6 Descripción de la Escala de Ryff y sus respectivas dimensiones..... | 33 |
| Tabla 7 Dimensiones de la Escala de Bienestar Psicológico y resultados de análisis de la consistencia interna..... | 34 |
| Tabla 8 Prueba de adecuación KMO y Bartlett..... | 37 |
| Tabla 9 Varianza total explicada..... | 38 |
| Tabla 10 Matriz patrón de ítems en relación a los componentes principales..... | 39 |
| Tabla 11 Comparación de escalas..... | 41 |
| Tabla 12 Confiabilidad de la escala obtenida por el método de consistencia interna y omega Mc Donald..... | 44 |

Índice de Figuras

| | |
|--|----|
| Figura 1 Dimensiones de bienestar psicológico..... | 27 |
|--|----|

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo analizar las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989) adaptada por Díaz et al. (2006). Se aplicó el instrumento a una muestra de 779 estudiantes universitarios ecuatorianos, con una media de 25.4 años (DT= 6.5 años). El instrumento cuenta con 29 ítems con tipo de respuesta Likert. La validez de constructo se realizó por medio del análisis factorial exploratorio (AFE), utilizando el método de extracción de análisis de componentes principales y el método de rotación Oblimin con Kaiser considerando el criterio de análisis de $\geq .40$ en el programa SPSS versión 23 y la obtención de la fiabilidad a través del coeficiente alfa de Cronbach y omega McDonald. Los resultados derivan en una solución factorial de cinco dimensiones que explican el 55.75% de la varianza total. La confiabilidad es excelente para la escala general ($\alpha = .906$) y para las subescalas la confiabilidad más alta es 0.916 y la más baja 0.162. Se concluye que con estos resultados obtenidos a nivel exploratorio se requiere completar con un análisis factorial confirmatorio.

Palabras claves: bienestar psicológico, validez, confiabilidad.

Abstract

This research aims to analyze the psychometric properties of the Ryff Psychological Well-being Scale (1989) adapted by Díaz et al. (2006). The instrument was applied to a sample of 779 Ecuadorian university students, with a mean of 25.4 years (SD = 6.5 years). The instrument has 29 items with a Likert response type. The construct validity was performed through exploratory factor analysis (EFA), using the principal component analysis extraction method and the Oblimin rotation method with Kaiser considering the analysis criterion of $\geq .40$ in the SPSS version 23 program and obtaining reliability through Cronbach's alpha coefficient. The results derive in a factorial solution of five dimensions that explain 55.75% of the total variance. Reliability is excellent for the general scale ($\alpha = .906$) and for the subscales the highest reliability is 0.916 and the lowest 0.162. It is concluded that with these results obtained at the exploratory level, it is necessary to complete a confirmatory factor analysis.

Keywords: psychological well-being, validity, reliability.

Introducción

El bienestar psicológico constituye una experiencia personal que logra su progreso a través del desarrollo psicológico de un individuo y su facultad de relacionarse de forma positiva con acontecimientos de la vida, integrando medidas positivas sin dejar de lado los aspectos negativos (Sandoval et al., 2017).

En jóvenes universitarios es importante conocer y evaluar el bienestar psicológico pues durante la trayectoria académica los cambios que se presentan son constantes y las exigencias que se demandan en esta área van en aumento, lo cual requiere que se dispongan de recursos psicológicos como medidas de protección para enfrentar tales situaciones que pueden alterar el bienestar psicológico de los estudiantes y generar un desgaste significativo (Moreta et al., 2017; Veliz y Dórner, 2019).

Para medir dicho constructo, Ryff (1989) propone un modelo multidimensional y eudaimónico llamado "Modelo Integrado de Desarrollo Personal" para evaluar el bienestar psicológico, de acuerdo con la autora, el bienestar tiene variaciones importantes respecto a la edad, sexo y cultura (Castro, 2009).

Por lo mencionado, es importante contar con instrumentos estandarizados que sean válidos y confiables, es decir, que midan lo que deben medir y que sea un instrumento consistente, esto es, que los resultados de las mediciones realizadas sean similares al ser aplicadas en momentos y contextos diferentes (Roncero, 2015).

La presente investigación tuvo como objetivo de estudio analizar las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en población universitaria. Se utilizó una metodología de tipo no experimental, desarrollado desde el enfoque empírico analítico de tipo psicométrico y de corte transversal; la muestra estuvo conformada por 779 estudiantes de la Universidad Técnica Particular de Loja y se utilizó la versión reducida y adaptada al castellano de Diaz et al. (2006) para el presente estudio.

Este trabajo está estructurado por tres capítulos, el primero corresponde al marco teórico, el segundo a la metodología, y el tercero a los resultados y discusión. Esta investigación tiene gran impacto para la Universidad Técnica Particular de Loja y para la

sociedad en general pues dentro del área de psicología es fundamental contar con herramientas que permitan medir los atributos psicológicos de una persona ya que dentro de este ámbito se cuenta con un modelo representacional, donde los valores que se asignan se representan en relaciones, no en cantidades, lo cual dentro de la psicología se conoce como psicometría (Larzabal et al.,2020).

Capítulo uno

Marco Teórico

1.1 Calidad de vida y bienestar

El presente apartado abarca dos constructos muy relevantes, tanto la calidad de vida como bienestar forman parte de la psicología positiva, dentro de esta área se destacan la construcción de características positivas para una mayor satisfacción vital, al ser términos multidimensionales, no poseen un concepto específico, sin embargo, se encuentran influenciados por su subjetividad y concepción de vida.

1.1.1 *Conceptualización de Calidad de vida*

En el discurso presidencial de la American Psychological Association (APA) Seligman (1999) manifestó acerca de dos áreas que en aquella época no habían sido tomadas en cuenta para mejorar la calidad de vida de las personas, una de ellas es la psicología positiva, la cual fue abordada como una ciencia enfocada en la comprensión y construcción de cualidades favorables en los individuos para tener una vida más satisfactoria, esto debido a que luego de la Segunda Guerra Mundial la psicología se dedicó más a curar enfermedades mentales que a su prevención.

Es de esta forma cómo surgió el estudio de esta nueva rama de la psicología, la cual Seligman y Csikszentmihalyi (2000) definieron como:

“Una ciencia de la experiencia subjetiva positiva, los rasgos individuales positivos y las instituciones positivas promete mejorar la calidad de vida y prevenir las patologías que surgen cuando la vida es difícil y sin sentido” (p.5).

Seligman (2017), manifestó que la psicología positiva se encuentra basada en tres pilares:“(a) emoción positiva; (b) estudio de rasgos positivos como fortalezas, virtudes y habilidades como la inteligencia y capacidad atlética; (c) instituciones positivas como la democracia, familia unida y libertad de información lo cual sostiene las virtudes y las emociones positivas” (p.5); además, desde sus inicios se ha dedicado a explorar que hace que las personas sientan que valga la pena vivir, creando condiciones necesarias para la

supervivencia humana y concibiendo un óptimo funcionamiento de la vida de las personas (Domínguez e Ibarra,2017).

Por su parte, el término calidad de vida es un constructo polisémico, multidimensional y dinámico, el cual a lo largo de los años ha sido sometido a un sin número de modificaciones adquiriendo gran importancia en todos los ámbitos de la vida, se encuentra condicionada por factores externos y por la valoración que cada sujeto tiene de su vida (Garzaniti et al., 2015).

Para Benítez (2016), algunas personas evalúan su calidad de vida de acuerdo a diferentes aspectos como la salud, trabajo, o economía (*realidad*), otros de acuerdo a aspectos sociales o familiares y otras personas respecto a sus emociones o sentimientos relacionados (*percepción*), por ello, Aponte (2015) expresa que el termino calidad de vida contiene aspectos tanto “subjetivos (valoraciones, juicios, sentimientos, etc.) como objetivos (servicios con los que cuenta la persona, nivel de renta, etc.)” (p.160).

Dentro de este orden de ideas, se tomará en cuenta como diferentes autores proporcionan una definición de lo que es calidad de vida.

Es así como, Rodríguez (2017) define la calidad de vida desde un enfoque subjetivo como bienestar, felicidad y satisfacción con la vida, y también a partir del enfoque objetivo alude a parámetros del funcionamiento social como el empleo, independencia económica, nivel de vida e indicadores sociales.

Por su parte, Celemin et al. (2015), define a la calidad de vida subjetiva como la evaluación de cada individuo respecto a la forma de ver las cosas y a sus propios sentimientos, es decir, es la interpretación y evaluación de la vida desde la concepción de cada sujeto, y además, la calidad de vida objetiva, es la evaluación de la vida del individuo desde el mundo externo y por ende está relacionado con la cultura en la que se desarrolla, basándose usualmente en indicadores sociales y en la capacidad de los individuos para adaptarse a ellos.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS,1996) la calidad de vida es:

La manera en que el individuo percibe el lugar que ocupa en el entorno cultural y en el sistema de valores en que vive, así como en relación con sus objetivos, expectativas, criterios y preocupaciones. Todo ello matizado, por supuesto, por su salud física, su estado psicológico, su grado de independencia, sus relaciones sociales, los factores ambientales y sus creencias personales. (p.385)

De otro modo, Benítez (2016) expresa que, en el Diccionario de la Real Academia Española, se definió este término como las condiciones que hacen posible que la vida sea agradable o importante, aludiendo que tanto las condiciones, como hacer agradable o importante la vida, entran en juego en la parte subjetiva, ya que depende de las prioridades que cada persona posea.

En base a estas conceptualizaciones se puede apreciar que los diferentes autores definen este término tanto de manera objetiva como subjetiva, ya que hacen referencia a las condiciones que presenta cada individuo y la percepción que cada uno posee respecto a las mismas, lo cual determina su nivel de satisfacción, sin embargo, al ser un término multidimensional, no existe una definición exacta para abordarlo; además es importante mencionar que ha sido planteado desde épocas pasadas, donde ha ido evolucionando y formando parte de la vida de las personas en todas sus áreas, tomando gran relevancia dentro de la psicología positiva, ya que al poseer características personales satisfactorias, la calidad de vida de los individuos mejora.

1.1.2 *Perspectiva multidisciplinar de la calidad de vida*

La calidad de vida es un constructo que evidencia desde épocas pasadas diversos cambios, por ello, hoy en día es común notar un sin número de definiciones para abordar y conceptualizar este término, ya que dependiendo de determinada cultura tendrá una interpretación diferente, siendo un concepto ambiguo, en ese sentido, una de las primeras referencias que surgen acerca de este constructo, es la de Aristóteles, quien manifiesto que una buena existencia es ser feliz (Fúñez, 2018).

Según Ramírez et al. (2020) este término tiene una aproximación en la década de los 30 en Europa, específicamente en el año 1932, cuando el economista Arthur Pigou,

quien fue el precursor del bienestar económico, en su libro “The Economics Of Welfare”, se refirió a este con el propósito de “cuantificar los costos o servicios sociales del gobierno para poder calcular un producto social marginal neto” (p.955); sin embargo, analizaremos la evolución del concepto de calidad de vida desde el significado de “bienestar de las poblaciones”, basado en dimensiones materiales, que evolucionaría hacia un constructo más complejo incluyendo aspectos como la calidad del entorno, las relaciones sociales o la salud (Noll, 2002, como se citó en Fernández y Rojo, 2005) referenciado en la época de los años sesenta, cuando el movimiento de indicadores Sociales de la Escuela de Chicago busca una alternativa a la cuestionada sociedad de la opulencia.

De la misma forma, en los años 70 surgen aproximaciones sobre este concepto, pero logra un gran impacto dentro de los años 80, empezando por la medicina y consecuentemente a la sociología y psicología, y debido a la reciente aparición en aquella época se utilizaron términos semejantes como salud, bienestar y felicidad para definir el término (Moreno y Ximénez, 1996); en diferentes investigaciones coinciden el estudio se derivó en Estados Unidos al finalizar la Segunda Guerra Mundial, debido al gran interés en conocer si las personas tenían la concepción de tener una buena vida o si se sentían económicamente seguros (Marci al et al., 2016; Bautista, 2017). Por otro lado, la conceptualización de este constructo se ha abordado desde distintos ámbitos profesionales y disciplinas, tratando de responder a los intereses según sea el caso, es así como al ser un concepto multidisciplinario los intereses cambian de un área a otra (Benítez, 2016).

Dentro de las primeras áreas se encuentra la *salud*, es de esta forma que se atribuye el término de calidad de vida relacionada con la salud (CVRS) a este campo de estudio; considerándose a esta disciplina como uno de los dominios más importante de este constructo, lo cual se atribuye en gran parte a la definición proporcionada por la Organización Mundial de la Salud (Fernández y Rojo, 2005), de esta forma la OMS, en su constitución en el año de 1948 define la salud como:

“un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (p.1).

Por lo mencionada anteriormente, la CVRS juega un papel muy relevante al plantear un crecimiento de la esperanza de vida, de igual forma, promueve investigaciones acerca de los impactos que generan las enfermedades crónicas, ya que no solo se enfoca en eliminar enfermedades, sino también en mejorar aspectos positivos de la salud, y también evalúa el impacto que este constructo tiene en distintos aspectos en la vida de un individuo, proporcionando información acerca del efecto en el desarrollo de una enfermedad y su tratamiento (Custodio et al., 2017)

Por otra parte, en el ámbito de las *ciencias sociales* específicamente en el ámbito de la economía y sociología, se da una definición a partir de diferentes dimensiones, puede ser abordado de dos maneras, la primera como tener buenas condiciones de vida, siendo la parte objetiva, y la segunda como satisfacción individual de necesidades, siendo la parte subjetiva, ya que depende de las expectativas individuales (Hurtado et al., 2011); de esa manera Arias y Toro (2010) exponen que “mejores índices de calidad de vida son traducidos en mayor prosperidad economía y social” (p.171), las autoras toman como referencia el libro de *calidad de vida más allá de los hechos*, donde tanto el desarrollo y crecimiento económico son fundamentales cuando se habla sobre en la existencia de una persona.

Dentro del área de la *psicología*, se menciona que este constructo mejora la salud mental, es así como la aparición de factores personales y sociales, como son los problemas psicológicos de ansiedad, depresión, etc. disminuyen el bienestar en general, pudiéndose reflejar en la vida cotidiana, en algunas personas en mayor o menor medida según las experiencias y su entorno social, y además ayuda al desempeño de las personas en las diferentes esferas de la vida, por esta razón la presencia de algún trastorno mental repercute en gran manera la calidad de vida en general (Ornelas y Ruiz, 2017).

Una vez analizado su evolución y concepción multidisciplinar, se puede concluir que, pese a no haber sido abordado específicamente el término como tal, desde épocas pasadas las personas se han interesado en tratar de mejorar sus condiciones de vida, buscando su bienestar y felicidad según sus intereses y demandas, por ello ahora que la calidad de vida ha sido incluida en el estudio científico, se ha ido integrado en varias disciplinas o campos

de estudio como la salud, economía, sociología o psicología, atribuyendo la importancia que tiene este constructo en las personas, por tal motivo no existe una definición exacta para conceptualizarlo.

1.1.3 *Calidad de vida y su relación con el bienestar y el bienestar psicológico*

Comúnmente se han utilizado términos como bienestar, felicidad o satisfacción para brindar una aproximación teórica al estudio de la calidad de vida, lo cual ha impedido unificar una concepción exacta, sin embargo, el bienestar, se considera un componente muy importante en este constructo, pues se encuentra como un indicador subjetivo, el cual se mide a través de juicios de satisfacción y felicidad que una persona presenta en su vida o las áreas que componen de la misma (Fernández y Rojo, 2005; Freire y Ferradás, 2016).

Al hablar de los términos que se han utilizado para referir a la calidad de vida, se ha llegado a establecer que son independientes, sin embargo, lo que tienen en común es que buscan definir qué es lo que los individuos aprecian y valoran de la vida, es evidente que cada individuo posee talentos que lo hacen diferir de otra persona, pues cuando se experimentan situaciones que apasionan, se perciben emociones positivas para alcanzar el bienestar los cuales permiten disfrutar más de la vida, por tal motivo, es que la psicología positiva a partir de consensos científicos pretende comprender emociones positivas, elevar fortalezas y virtudes, además desarrollar el potencial humano y búsqueda de excelencia (Domínguez e Ibarra, 2017).

Por otra parte, para Carrillo et al. (2016) el bienestar es:

La expresión de la felicidad que tiene la persona de acuerdo con el nivel de satisfacción de necesidades que ha alcanzado. Es decir, la satisfacción plena de las necesidades lleva a los individuos a la felicidad y a mantener un cierto estado de bienestar. (p.11)

Por su parte Diener et al. (2003) expresa que el bienestar es la forma en que los individuos evalúan su propia vida, durante diferentes periodos de tiempo ya que estos fluctúan con su paso, evaluando sus reacciones emocionales, estados de ánimo, y juicios sobre su satisfacción vital, realización y satisfacción sobre varios dominios.

Además, este constructo está compuesto por un balance afectivo, es decir, emociones tanto positivas como negativas que se experimentan según determinadas circunstancias, de igual forma, está conformado por la satisfacción de manera general, diferentes dominios y el sentido de la vida, lo cual refiere a la manera en que sentimos que nuestra existencia tiene sentido y vale la pena (Tarragona,2016); en igual forma, el desarrollo de bienestar contribuye a la construcción de condiciones de vida, individuales y sociales para un mejor desenvolvimiento, y también revela la calidad de vida que los individuos posee y su relación con la salud (Moreta et al., 2018).

Dentro de este orden de ideas, han surgido algunas investigaciones, como la de Bedoya et al. (2016) quienes encuentran una relación directa entre bienestar, satisfacción laboral con la calidad de vida y los cambios en diferentes lapsos de tiempo; de igual forma San Román et al. (2017) en su estudio sobre adultos mayores encontraron que a mayor edad la satisfacción vital aumenta, siendo necesaria la percepción de una buena salud e ingresos económicos que sostengan una calidad de vida optima; del mismo modo Días et al. (2016) en su estudio sobre adolescentes manifiestan que bajos niveles en bienestar, calidad de vida y regulación emocional pueden predisponer conductas disruptivas y bajos resultados académicos, además que existen altas correlaciones entre el bienestar y calidad de vida, sin destacarse en gran medida el bienestar y regulación emocional.

De esta forma se puede evidenciar, que estos dos constructos fluctúan o varían según los diferentes contextos, escenarios o determinada población, además, derivan una relación positiva para brindar una mejor satisfacción vital a las personas según sus condiciones, características y algún ámbito de la vida; por ello se puede concluir que tanto la calidad de vida y bienestar son términos que a pesar de que han sido estudiados de manera independiente, se relacionan de gran manera porque ambos a través de la percepción y subjetividad del individuo buscan tener una vida plena por medio de los diferentes logros y aspectos que satisfagan sus condiciones.

Por su parte, el bienestar psicológico opera como funcionamiento positivo a partir de sus principales indicadores: el desarrollo de las capacidades y crecimiento personal, así

como el estilo y forma de enfrentar los retos vitales, y también el esfuerzo y deseo por cumplir con metas propuestas (Freire y Ferradas,2016).

Por otra parte, tanto el bienestar psicológico como calidad de vida son temas importantes para el desarrollo personal, debido a la prioridad que poseen las formas y maneras adecuadas de afrontar los retos y demandas de la vida desarrollando mecanismos que posibiliten este propósito (Rosales,2018).

Algunas investigaciones actuales evidencian la importancia y relación de estos dos constructos, como la de García (2014) quien a partir de la perspectiva de la psicología positiva, demostró que el desarrollo de bienestar y felicidad, se relacionan con la promoción de salud psicofísica y prevención de conductas riesgosas, además, que el promover la calidad de vida y la salud son necesidades fundamentales para alcanzar el bienestar de una sociedad; así también dentro de la investigación de Cuadra et al. (2016) encontraron una relación positiva y muy significativa entre los dos constructos; y de igual forma Noriega et al. (2017) en su estudio sobre adultos mayores concluyen que , “el desarrollo de conductas orientadas a valores personales ha mostrado una relación positiva con bienestar y calidad de vida” (p.1).

De esta forma, se puede concluir que el bienestar psicológico es de gran importancia dentro de la calidad de vida de las personas, pues permite que las personas desarrollen capacidades positivas, las cuales ayudan a enfrentar las demandas y dificultades vitales, y por tanto alcanzar los objetivos propuestos que les permita desarrollarse como personas teniendo una vida satisfactoria y saludable.

1.2 Contextualización del bienestar psicológico

En el siguiente apartado se abordará el constructo del bienestar psicológico, este desde épocas pasadas ha sido objeto de estudio dada su relevancia en varios ámbitos de la vida de las personas, ya que, a través de un funcionamiento positivo, las personas pueden alcanzar metas y objetivos, en especial cuando se presentan dificultades o desafíos que exigen la construcción de capacidades positivas.

1.2.1 *Perspectiva hedónica y eudaimónica*

Dentro del estudio del bienestar el principal objetivo ha sido el de satisfacer las necesidades humanas, siendo la felicidad su máxima expresión, de esa forma Ryan y Deci (2001), a partir de sus investigaciones acerca del bienestar propusieron dos grandes perspectivas, el enfoque hedónico y el enfoque eudaimónico, el primero refiere directamente a la felicidad y expresa al placer y evitación del dolor, y el segundo, el enfoque eudaimónico, aborda principalmente la autorrealización y lo conceptualiza como potencial humano. (Mejía y Moscoso, 2019; Navascués et al., 2016)

Es así como en la perspectiva *eudaimónica*, el bienestar no se logra a través del placer, sino por diversos factores que fomentan el crecimiento personal y desarrollo del potencial humano, dentro de las actividades que se realizan en este enfoque se necesita emplear un gran esfuerzo para su consecución, también está relacionada con el desarrollo de la capacidad personal, y posee un equilibrio entre los desafíos y habilidades, los cuales se asocian con objetivos establecidos (Usán y Salavera, 2019), esta visión también se comprende como “procedente del anhelo por superar los desafíos de la trayectoria vital mediante los rasgos del potencial humano” (Ezequiel et al., 2018).

De esta forma varios autores proporcionan una definición dentro de este enfoque, una de ellas es Ryff (1989) quien menciona que el bienestar se define como el desarrollo de capacidades y crecimiento personal, evidenciando un funcionamiento positivo; así también, Casullo (2002) lo concibe como la capacidad de mantener vínculos positivos, control del entorno, metas y autoaceptación, evaluada desde su experiencia personal; Ryff y Keyes (1995) manifiestan también que es el esfuerzo para cumplir desafíos y metas, relacionado directamente a tener un propósito en la vida para que adquiera algún significado.

Es así como, según las concepciones, se puede evidenciar que el bienestar psicológico tiene como propósito el desarrollo personal, por ello como menciona Laca et al. (2018) este es capaz de mejorar constantemente según como el individuo de significado a su vida, desarrolle sus potencialidades y establezca metas o propósitos para sí mismo.

Por otro lado, al hablar de la *perspectiva hedónica*, se encuentra centrado principalmente en la felicidad y lo define al bienestar como logro del placer y evasión al dolor, de esta forma al existir menos dolor existirá un mayor agrado y sensación de felicidad, también posee una estrecha relación con la satisfacción y afectividad, es el bienestar subjetivo quien se encuentra dentro de este enfoque y actualmente comprende términos como felicidad, moral o satisfacción vital (Meléndez et al.,2018; Proctor,2014).

Ahora bien, desde la perspectiva hedónica, el bienestar es menos duradero e inmediato, debido a que busca diferentes satisfacciones y placeres alejándose de los que produce dolor (Hernández y Hernández, 2016); además se encuentran tres características relevantes dentro de esta perspectiva, la parte subjetiva, referente a las experiencias de la personas, así también se cuenta la dimensión global, donde se realiza una valoración de todas las partes de la vida y como último punto la inclusión de medidas positivas (Diener,1984).

Satorres (2013) manifiesta acerca del bienestar subjetivo que es lo que las personas piensan y sienten acerca de sus vidas, donde experimentan felicidad al sentir emociones positivas, encontrarse dentro de actividades favorables y al estar satisfechos de sus vidas; García (2002) menciona que una persona que presenta en su vida un mayor grado de experiencias agradables, es más probable que valore su vida de forma positiva y la catalogue como placentera, teniendo un mayor grado de bienestar subjetivo.

En definitiva, pese a que comúnmente el principal componente del bienestar, se comprende en general como “felicidad”, este se encuentra constituido por dos perspectivas que diferencian este término, el primero refiere a la perspectiva eudaimónica (bienestar psicológico) que son aspectos trascendentales en la vida de una persona que fomentan el crecimiento personal y el segundo referente a la perspectiva hedónica (bienestar subjetivo), son los sentimientos y emociones que las personas presentan es diferentes aspectos de su vida; de esta forma tanto de las dos perspectivas se busca alcanzar la felicidad o una vida satisfactoria.

1.2.2 **Variables asociadas al bienestar psicológico**

El bienestar psicológico es un constructo de estudio muy relevante pues se encuentra comprendido en diversas áreas de la vida, el cual basa sus estudios dependiendo de las variables de las que se esté abarcando, pero principalmente está enfocado en el desarrollo de las distintas capacidades y crecimiento personal, las cuales son indicadores de un funcionamiento positivo (Ryff, 2014; Matalinares et al., 2016).

Así pues, la literatura sobre el bienestar psicológico señala que existen distintas variables asociadas a este constructo, las cuales comprenden diferentes esferas de la vida de un individuo como la familia, área académica, y los hábitos de vida saludables, a continuación, se presentan descripciones y resultados de diferentes investigaciones en torno a las mismas.

a. Variables familiares.

La familia es muy importante dentro de todo ser humano, por ello, la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 1948) la conceptualiza como “el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del estado”. (Art.16), es dentro de ella donde se adquieren un conjunto de valores y normas, los cuales permitirán desenvolverse dentro de la sociedad, sin embargo, existen circunstancias por las cuales no se comprende a un solo tipo de familia, de modo que puede producir conflictos en la misma (Álvarez y Salazar, 2018).

Tales dificultades pueden ser la disconformidad por la forma de crianza y disciplina de los hijos, separación de progenitores, irrespeto de normas por parte de los hijos, vacíos emocionales, mala comunicación, baja calidad de tiempo dedicado a los hijos, falta de recursos económicos y problemas por desacuerdo entre los integrantes, de modo que, puede generar repercusión en el núcleo familiar (Marín et al., 2019); es así que, las relaciones positivas dentro de este ámbito de vida ayudarán a la correcta interacción con el medio y expresión de emociones, y por ende contribuir con el bienestar psicológico de las personas (Soria, 2010).

Existen varias investigaciones que estudian la relación de la familia y el bienestar psicológico, para ello se presenta una tabla que sintetiza varios estudios extraídos de la base de datos Scopus con palabras claves “family and psychological well-being” y aplicando los siguientes filtros: *años* desde el 2017 al 2021, *tipo de documento*: artículo y *área temática*: psicología. Obteniéndose 16 artículos que se presentan en la Tabla 1.

Tabla 1

Artículos que estudian la relación de familia y bienestar psicológico

| Año | País | Autor | Título del artículo | Objetivo |
|------------|----------------|--|--|--|
| 2021 | China | Lu, Y., Zhang, R., y Du, H. | Estructura familiar, inestabilidad familiar y bienestar psicológico infantil en el contexto de la migración: evidencia del análisis de secuencia en China | Identificar las trayectorias de los niños chinos rurales a lo largo de la infancia y examina el impacto en el bienestar psicológico. |
| 2020 | Reino Unido | Garriga, A., y Pennoni, F. | Los efectos causales del divorcio parental y la separación temporal de los padres en las capacidades cognitivas y el bienestar psicológico de los niños de acuerdo con la calidad de la relación de los padres | Explorar los efectos del divorcio parental y la separación temporal de los padres en el bienestar de los niños en una etapa específica de su desarrollo de acuerdo con la calidad de la relación parental. |
| 2020 | Estados Unidos | Kim, K., Birditt, K., Zarit, S., y Fingerman, K. | Tipología de los lazos entre padres e hijos dentro de las familias: Asociaciones con bienestar psicológico | Examinar las asociaciones de tipologías específicas de los vínculos entre padres e hijos, así como la variabilidad dentro de la familia en las tipologías con el bienestar psicológico de los adultos de mediana edad. |
| 2020 | Irán | Mousavi, S. | Bienestar Psicológico, satisfacción marital y quemado parental en padres Iraníes: el efecto de la cuarentena de la cuarentena | Estudiar el bienestar psicológico y el efecto de la cuarentena domiciliar en la satisfacción conyugal (MS) y el agotamiento parental (PB) |

| | | | | |
|------|----------------|-----------------------------------|--|---|
| | | | domiciliaria durante los brotes de covid-19 | de las responsabilidades de crianza durante la prevalencia de COVID-19 en padres iraníes. |
| 2020 | Nueva Zelanda | Gervais, C., y José, P. | ¿Cómo contribuye la conexión familiar a la salud de los jóvenes? El papel mediador de las estrategias de afrontamiento | Examinar el proceso por el cual la conexión familiar, percibida por los adolescentes, predijo mayores comportamientos positivos y menos negativos de salud en adolescentes a lo largo del tiempo. |
| 2020 | Estados Unidos | Stiles, K., Lee, S., y Luthar, S. | Cuando los padres buscan la perfección: Implicaciones para el funcionamiento psicológico entre los adolescentes en las escuelas de alto rendimiento | Investigar las asociaciones concurrentes entre las percepciones de los adolescentes de la crítica materna y paternal y las expectativas con su psicopatología interiorizadora y externalizante auto informada. |
| 2020 | Estados Unidos | Chen, S., Benner, A., y Wang, Y. | Discriminación y ajuste académico y socioemocional de los adolescentes: Las funciones moderadoras de la socialización cultural familiar y entre pares | Examinar cómo la socialización cultural familiar y de pares de manera independiente y conjunta amortiguaba los efectos perjudiciales de la discriminación en el ajuste académico y socio emocional de los adolescentes de minorías étnicas. |
| 2020 | Alemania | Hess, S., y Pollmann-Schult, M | Asociaciones entre el conflicto entre el trabajo y la familia de las madres y el bienestar psicológico de los niños: el papel mediador del comportamiento de crianza de las madres | Analizar si el conflicto entre la familia y el trabajo materno está asociado con problemas emocionales y conductuales infantiles, y si esta asociación está mediada por el uso de prácticas de crianza duras por parte de las madres. |

| | | | | |
|------|----------------|---|--|--|
| 2020 | Canadá | Smith, C., Cossette, L., Beauvais, C., Smolla, N., Chicoine, J., Belhumeur, C., Pomerleau, A., y Malcuit, G | Relación padre-hijo, relación con la cultura del parto y bienestar psicológico entre los adoptantes internacionales en la adolescencia | Examinar el papel mediador de la relación padre-hijo en la asociación entre la proximidad a la cultura del nacimiento y la cultura adoptiva, la identidad étnica y el ajuste psicológico entre los adoptantes internacionales durante la adolescencia. |
| 2020 | Inglaterra | Imrie, S., Zadeh, S., Wylie, K., y Golombok, S. | Niños con padres trans: Calidad de la relación entre padres e hijos y bienestar psicológico | Evaluar cuantitativamente la calidad de la relación entre padres e hijos y el ajuste socioemocional y conductual infantil en familias con un padre trans auto identificada con niños en edad escolar. |
| 2020 | China | Obrenovic, B., Jianguo, D., Khudaykulov, A., y Khan, M. | Impacto en conflictos laborales y familiares en la seguridad psicológica y el bienestar psicológico: un modelo de desempeño laboral. | Explorar la asociación entre los conflictos entre el trabajo y la familia y el rendimiento laboral y medir los efectos sobre la seguridad psicológica y el bienestar psicológico. |
| 2019 | España | García, M., Sánchez, I., y Parra, A. | El papel de los padres en el bienestar psicológico de los adultos emergentes: un enfoque orientado a la persona | Obtener una visión general de las relaciones familiares de los adultos emergentes españoles y su vínculo con el bienestar psicológico y la angustia psicológica. |
| 2018 | Estados Unidos | Plummer, C., Beckert, T., y Marsee, I. | Bienestar y Uso de Sustancias en la Edad Adulta Emergente: El Papel de los Factores Individuales y Familiares en la Infancia y la Adolescencia | Examinar el impacto a largo plazo de los factores individuales y familiares durante la infancia y la adolescencia en los resultados asociados con la transición a la edad adulta, |

| | | | | |
|------|--|--|---|--|
| 2017 | América Latina, Europa y Asia Oriental | Corona, K., Campos, B., y Chen, C. | El familismo está asociado con el bienestar psicológico y la salud física: efectos principales y efectos de amortiguación del estrés | específicamente el bienestar y el consumo de sustancias. Examinar si las asociaciones del familismo con el bienestar psicológico y salud son consistentes con un efecto principal o un modelo de amortiguación del estrés en latinos y no latinos. |
| 2017 | Estados Unidos | Chen, F., Bao, L., Shattuck, R., Borja, J., y Gultiano, S. | Implicaciones de cambios en la estructura y composición de la familia para el bienestar psicológico de las mujeres filipinas en los años medio y posteriores | Estudiar la influencia de las transiciones en la composición doméstica multigeneracional en los síntomas depresivos para las mujeres en la mediana edad que pasan a la vejez. |
| 2017 | Estados Unidos | Huffman, A., Matthews, R., y Irving, L. | Equidad familiar y cohesión en los dyads matrimoniales: Mediación de procesos entre conflictos entre el trabajo y la familia y la angustia psicológica de la pareja | Adoptar un enfoque de sistemas familiares para entender cómo el conflicto entre el trabajo y la familia de un empleado y el conflicto laboral-familiar observado por su cónyuge pueden crear estrés dentro de una unidad familiar. |

Nota. Datos tomados de la base de datos Scopus.

De esta forma, según la información proporcionada, se puede apreciar que la mayor parte de las investigaciones estudia las repercusiones que diferentes factores generan en los niños y adolescentes, esto debido a que como manifiesta la literatura, desde la familia un individuo se desarrolla como persona, y por ello, en los estudios se puede evidenciar la importancia que tiene un ambiente familiar positivo para el desarrollo de habilidades satisfactorias que ayuden a fortalecer su bienestar psicológico.

b. Variables académicas:

El bienestar psicológico se desarrolla en relación con los logros que cada individuo experimenta, además contribuye a la conducta para alcanzar las metas, objetivos y

propósitos, como se sabe el ámbito académico exige de situaciones que suele generar considerables niveles de estrés, es de esta forma como el bienestar psicológico ayuda en el desarrollo de conductas positivas para enfrentarlas, y además permite adquirir un mayor compromiso e implicación en las actividades de aprendizaje para conseguir objetivos, mayor satisfacción y bienestar (Barrera et al., 2018; Correa et al., 2016).

A partir de esto, se han encontrado varias investigaciones que indican que el bienestar psicológico se relaciona con logros académicos, en la Tabla 2 se presenta información que sintetiza varios estudios extraídos de la base de datos Scopus con palabras claves “academic achievement and psychological well-being” y aplicando dos filtros, *año* desde el 2017 al 2021; y *tipo de documento*: artículo, obteniéndose un total de 8 artículos

Tabla 2

Artículos que estudian la relación de logros académicos y bienestar psicológico

| Año | País | Autor | Título del artículo | Objetivo |
|------------|-------------|---|--|---|
| 2020 | India | Vijayalakshmi, K., y Selvarani | El efecto del bienestar psicológico en el logro académico de los estudiantes universitarios de artes y ciencias en el distrito de Virudhunagar | Identificar los factores que influyen en el logro académico de los estudiantes universitarios de artes y ciencias en el distrito de Virudhunagar. |
| 2020 | Noruega | Barth, I., Anderssen, S., Tjomsland, H., Skulberg, K., y Thurston, M. | Actividad física, salud mental y rendimiento académico: Un estudio transversal de adolescentes noruegos | Describir las asociaciones entre la actividad física (PA), la salud mental y el rendimiento académico en una cohorte adolescente noruega. |
| 2020 | Lituania | Rugevičius, M., Kairys, A., Čepienė, R., Liniauskaitė, A., Brazdeikienė, L., y Žakaitis, P. | Los cambios de motivación académica de los estudiantes universitarios a lo largo del tiempo: La relación con el logro académico, la satisfacción con los estudios y el bienestar psicológico | Examinar los cambios de un año en la motivación académica, la satisfacción de los estudiantes y el bienestar psicológico. |

| | | | | |
|-------------|-----------|--|---|--|
| | | | Papel mediador del bienestar psicológico en la relación entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes | Medir el efecto mediador del bienestar psicológico en la relación entre la autoestima de los estudiantes universitarios y su rendimiento académico, así como examinar el efecto directo e indirecto del apoyo entre pares al logro académico a través del bienestar psicológico. |
| 2020 | Indonesia | Wantur, A., Alsa, A., y Pulungan, W. | | |
| 2020 | Italia | Esposito, G., Passeggia, R., Pepicelli, G., Cannata, A., Parlato, F., y Freda, M. | Mentalización de la experiencia universitaria: Un estudio exploratorio sobre la relación entre el funcionamiento reflexivo de los estudiantes universitarios, el bienestar psicológico y el rendimiento académico | Evaluar la eficacia, en términos de funcionamiento reflexivo, bienestar psicológico y rendimiento académico, de diez grupos de asesoramiento dirigidos a 63 estudiantes universitarios de bajo rendimiento rezagados en sus estudios. |
| 2020 | México | Luna, D., Urquiza, D., Figuerola, R., Carreño, C., y Meneses, F. | Predictores académicos y sociodemográficos de ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes mexicanos de medicina. Estudio transversal | Identificar factores sociodemográficos y académicos que predigan el nivel de ansiedad y bienestar psicológico en los estudiantes de medicina mexicanos. |
| 2019 | Portugal | Almeida, L., y Fernandes, H. | Relación entre la educación física, la satisfacción escolar, el bienestar psicológico y el rendimiento académico en los estudiantes vocacionales | Estudiar las relaciones entre la asistencia a clases de educación física (PE), la satisfacción con la escuela, el bienestar psicológico y el rendimiento académico. |
| 2019 | Lituania | Valickas, A., Raišiene, A., y Rapuano, V. | Habilidades de ocurrencia planificadas como recursos personales para el bienestar psicológico y | Analizar el papel de las habilidades de ocurrencia planificadas al predecir el bienestar psicológico y el ajuste académico. |

el ajuste académico de
los estudiantes

Nota. Datos tomados de la base de datos Scopus.

En base al análisis de los resultados expresados, se puede concluir que, el ámbito educativo, evidentemente constituye un periodo en la vida de los estudiantes que a partir de ciertas situaciones puede tonarse estresante e interferir con su funcionamiento óptimo, por ello, al ser el bienestar psicológico un constructo que se direcciona a construir capacidades positivas que ayudan al desarrollo de las personas, los estudios antes mencionados exponen que los factores como la motivación, actividad física, autoestima que permiten alcanzar logros académicos que en su mayoría se traducen en un mejor rendimiento educativo.

c. Hábitos de vida saludable

Existen situaciones que pueden generar que las personas consuman bebidas alcohólicas, fumen o adopten conductas de riesgo, de esta forma se comprende al estilo de vida como la agrupación de diferentes hábitos relacionados con los comportamientos de las personas, que según sea el caso puede constituirse en una dimensión de riesgo o de seguridad, de modo que siempre se ha considerado a los estilos de vida saludable a las actividades físicas y deportes, la alimentación sana, al consumo moderado de bebidas alcohólicas y ausencia del consumo de tabaco u otras drogas (Rodríguez et al., 2006; Sánchez y Luna, 2015).

De esta forma, se destacan algunas investigaciones que indican que el bienestar psicológico está relacionado a los hábitos de vida saludable, por ende, en la Tabla 3 se presenta información que sintetiza investigaciones extraídas de la base de datos Scopus con palabras claves “lifestyle habits and psychological well-being” y aplicando 2 filtros: *año* desde el 2017 al 2021, y *tipo de documento*: artículo, obteniéndose un total de 5 artículos.

Tabla 3

Artículos que estudian la relación entre hábitos de vida saludable y bienestar psicológico

| Año | País | Autor | Título del artículo | Objetivo |
|------|---------------|---|--|--|
| 2021 | Croacia | Dragun, R., Veček, N., Marendić, M., Pribisalić, A., Đivić, G., Cena, H., Pola ek, O., y Kolčić, I. | ¿Han cambiado los hábitos de vida y el bienestar psicológico entre adolescentes y estudiantes de medicina debido al encierro COVID-19 en Croacia? | Investigar los hábitos dietéticos, el sueño y el bienestar psicológico de adolescentes y estudiantes de medicina durante el encierro COVID-19 en Split, Croacia. |
| 2019 | Italia | Di Giacomo, D., Ranieri, J., Fiasca, F., y Mattei, A. | Estilo de vida, índice de masa corporal y bienestar en la juventud: Fortalece y debilidad en la juventud italiana | Investigar el bienestar psicológico y la percepción corporal entre los jóvenes italianos. |
| 2018 | Corea del Sur | Han, K., y Yang, C. | Relación entre la promoción de la salud, modo de vida y bienestar psicológico en personas obesas de mediana edad | Determinar la relación entre la promoción de la salud, modo de vida y bienestar psicológico de personas obesas de mediana edad. |
| 2018 | China | Guo, Y., Xu, M., Zhang, J., Hu, Q., Zhou, Z., Wei, Z., Yan, J., Chen, Y., Lyu, J., Shao, X., Wang, Y., Guo, J., y Wei, Y. | El efecto de Three-Circle Post Standing (Zhanzhuang) Qigong en el bienestar físico y psicológico de los estudiantes universitarios. Protocolo de estudio para un ensayo controlado aleatorio | Explorar sistemáticamente la eficacia y la seguridad, la viabilidad de Three-Circle Post Standing Qigong (TCPSQ) en los resultados físicos y psicológicos de los estudiantes universitarios. |

| | | | | |
|-------------|---------|---|--|---|
| 2017 | Lituana | Sapranaviciute, L., Luksiene, D., Virviciute, D., Bobak, M., y Tamosiunas, A. | Vínculo entre estilo de vida saludable y bienestar psicológico en adultos lituanos de 45 a 72 años: Un estudio transversal | Establecer los vínculos entre el bienestar psicológico y modo de vida factores como la actividad física, el tabaquismo, el consumo de alcohol y los patrones dietéticos en personas mayores de 44 años. |
|-------------|---------|---|--|---|

Nota. Datos tomados de la base de datos Scopus.

Los hábitos de vida en una persona son determinantes en general por la salud física, sin embargo, según lo indicado, este también repercute en el desenvolvimiento emocional de las personas, y por tanto en su bienestar psicológico, es de esta manera como resulta una relación importante entre los hábitos que una persona posee y el bienestar psicológico, ya que mantener estilos de vida saludables mejora el bienestar psicológico de las personas permitiéndoles tener una mayor calidad de vida.

1.2.3 Importancia del bienestar psicológico en población joven y universitaria

El bienestar psicológico desde épocas muy antiguas ha tomado gran interés de estudio, de esa forma Ortiz y Castro (2009) mencionan que este constructo se conoce como la percepción de sentirse bien con uno mismo, tener un ánimo positivo y sentir satisfacción, acotando que el bienestar individual depende de condiciones tanto sociales, personales o como métodos de afrontamiento frente a adversidades que se presentan en la vida.

Por su parte, Ryff (1989) manifiesta que el bienestar psicológico es el esfuerzo que el individuo realiza para perfeccionarse, cumplir su potencial y propósito en la vida; esto implica asumir retos y esfuerzos para lograr alcanzar las metas propuestas (Ryff y Keyes, 1995).

De esta forma dentro del ámbito universitario, el bienestar psicológico es de suma importancia, esto se debe a que la trayectoria académica conlleva una serie de cambios, tanto individuales y del entorno, los cuales influyen de gran manera en los recursos para afrontar tales circunstancias, estudios realizados en estudiantes sobre el bienestar

psicológico evalúan más el grado de satisfacción de los estudiantes que las actividades placenteras (Moreta et al., 2017; Moreta et al., 2018)

Así también, existen factores que influyen en el bienestar psicológico en estudiantes universitarios, como el entorno, (Ross et al., 2019) la edad, el sexo, cultura y los rasgos de personalidad (Sandoval et al., 2017; Urquijo et al., 2015); por su parte Araujo y Savignon (2018) expresan que en la juventud los proyectos de vida constituyen un lugar muy importante, por ello están relacionados con la autovaloración y motivación personal, dentro de este contexto, los estudiantes universitarios tiene un único propósito, convertirse en un profesional, dedicando varios años de estudio para conseguirlo, por tal razón, tener alguna afectación en la esfera estudiantil, puede influir negativamente el bienestar psicológico en cuanto a la satisfacción con la vida, el crecimiento personal y su orientación hacia el futuro.

La población joven y universitaria es vulnerable a los cambios que se presentan en la educación superior, pues obtener el título de una carrera universitaria requiere de mucho esfuerzo y dedicación, implicando también situaciones que pueden afectar en el desarrollo personal y por tanto, generar dificultades en sus estudios, es de esta manera, como el bienestar psicológico tiene gran repercusión en esta área, porque cumple con la premisa del desarrollo personal, y como las capacidades positiva permitirán enfrentar las adversidades y retos y cumplir con su objetivo, que es obtener un título universitario.

1.3 Modelo multidimensional de Bienestar Psicológico de Carol Ryff

En el siguiente capítulo se abordará acerca del modelo de bienestar psicológico propuesto por Carol Ryff, quien en primera instancia logra constatar cual es la esencia de la eudemonía y además en base a formulaciones de otros autores de gran relevancia crea su modelo de seis dimensiones, el cual evidencia gran relevancia de estudio científico en diversos ámbitos de la vida de las personas y en la medición de bienestar psicológico en varios países a nivel mundial.

1.3.1 Fundamentación teórica y dimensiones de estudio

Carol Ryff (1989), psicóloga estadounidense, a partir de la corriente de la Psicología Positiva, realizo una investigación experimental psicológica de vanguardia para crear un

modelo multidimensional llamado *bienestar psicológico*, el cual,” no solo se desarrolló a partir de una base conceptual, filosófica y psicológica sólida, sino que también su traducción empírica ha sido ampliamente respaldada mediante la evaluación experimental”

(Herce,2020, p.91).

La autora Carol Ryff (1989) inicio sus estudios a partir de ciertos errores que logro percibir de los trabajos de la psicología contemporánea, sobre la base del trabajo de Waterman (1984) argumento que en la investigación de Bradburn (1969), la estructura de bienestar psicológico estaba basada en un error, ya que, en la ética Nicomáquea, escrita en el año 350 a.C., Aristóteles en sus ensayos aseguro que “el más alto de todos los bienes alcanzables por la acción humana era eudaimonia”, lo cual en los trabajos de Bradburn (1969) junto con filósofos utilitarios del siglo XIX, lo tradujeron como felicidad, esto fue interpretado como concepto hedónico más que eudaimónico, dejando de lado la idea esencial de la eudaimonia: luchar hacia la excelencia basada en el potencial único de uno (Ryff y Singer,2008).

De esta manera Ryff y Singer (2008) analizando los escritos de Aristóteles lograron determinar que no estaban dirigidos hacia una parte subjetiva, sino más bien al alcance de la autorrealización, la cual se desarrolla según la predisposición, talento de cada individuo y la satisfacción de necesidades.

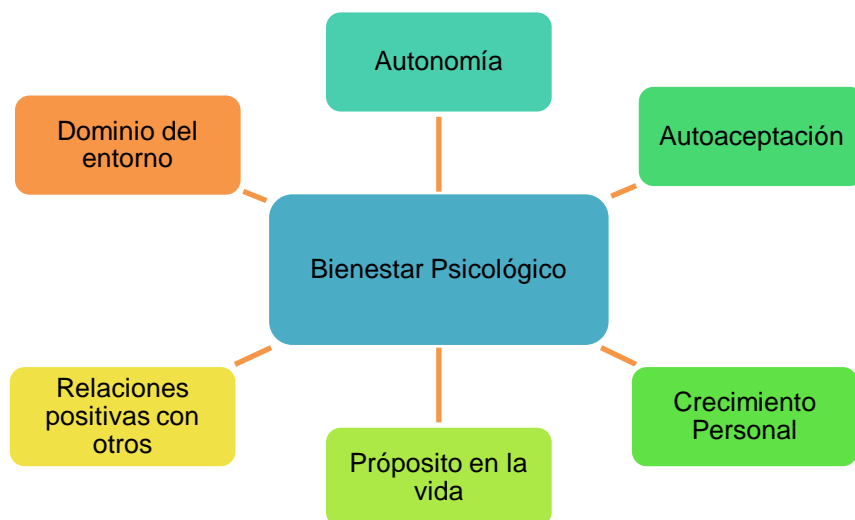
Dicho esto, Ryff (1989) toma formulaciones de diferentes autores , algunos dirigidos a las perspectivas del desarrollo de la vida, como las tendencias básicas de la vida de Bühler (1935), el modelo de ciervo psicossociales de Erikson (1959) y las descripciones de personalidad en la vida adulta y la vejez de Neugarten (1973); así también se encuentran algunas dirigidas a definir un funcionamiento psicológico positivo ,como la concepción de madurez de Allport (1961), la visión de la persona plenamente funcional de Rogers (1961),la concepción de autorrealización de Maslow (1968) o la formulación de individualización de Jung (1933); como también los criterios de salud mental de Jahoda (1958), generados para reemplazar las definiciones de bienestar como ausencia de enfermedad (Ryff,1989).

De esa forma, a partir de las diferentes contribuciones de los autores antes mencionados, y gracias a la eudaimonia planteado por Aristóteles, se construyó las seis dimensiones de bienestar psicológico que propuso Carol Ryff (Herce, 2020).

De este modelo surge un instrumento de evaluación del constructo denominado: Escala de Bienestar Psicológico (Scales of Psychological Well-Being, SPWB) (Rodríguez et al., 2015), basado en seis dimensiones (Figura.1), construido en base a las aportaciones empíricas: clínicas, humanistas, del ciclo vital y salud mental. En su primera versión la escala estaba conformada por 80 ítems por cada dimensión, de los cuales se seleccionó 32 ítems por escala (mitad positivos y mitad negativos), estos se aplicaron a una muestra de 321 adultos, eliminando 12 ítems por escala. El instrumento finalizó con 20 ítems por dimensión, 120 ítems en total (Meier y Oros, 2019).

Figura 1

Dimensiones de bienestar psicológico



Nota. La figura muestra las dimensiones del bienestar psicológico propuesta por Carol Ryff (1989).

A continuación, en la Tabla. 4 se describen de manera sintética cada una de las dimensiones de la escala de bienestar psicológico de Ryff (1989).

Tabla 4

Descripción de la escala de bienestar psicológico a través de sus dimensiones

| Dimensión | Definición |
|-----------------------------|--|
| Autoaceptación | Está relacionado al hecho de que las personas se logren sentir bien consigo mismo, reconociendo también las limitaciones que posee, es así como se evalúa las valoraciones que se hace de uno mismo y su historia. |
| Relaciones positivas | Facultad que las personas poseen para desarrollar y mantener relaciones positivas y de confianza con los demás, corresponde a la creencia respecto a las relaciones de confianza con otros. |
| Autonomía | Evalúa la capacidad que un individuo tiene respecto a lo que se quiere en la vida, a mayor nivel de autonomía mejor se puede lidiar mejor con la presión social y regular comportamientos. |
| Dominio del entorno | Corresponde a la habilidad y capacidad de un individuo para elegir o desarrollar entornos positivos, para satisfacer sus propias necesidades y desarrollarse en un contexto de manera óptima. |
| Propósito en la vida | Capacidad que las personas poseen para desarrollar metas claras, tener habilidades para definir los objetivos o propósitos que se quieren alcanzar en la vida, permitiendo encontrar un sentido en la vida que es percibido por la propia persona. |
| Crecimiento Personal | Capacidad que una persona posee para desarrollar las condiciones necesarias con el fin de crecer como persona, esto implica potencializar las facultades individuales para un funcionamiento positivo óptimo. |

Nota. Adaptado de Sandoval et al. (2017).

De esta manera, se puede concluir que, el trabajo de la autora Carol Ryff evidencia un largo recorrido teórico e histórico para construir su modelo de seis dimensiones de bienestar psicológico, partiendo de los postulados de Aristóteles quien fue el que plateo la eudaimonia, de esa forma, pudo corroborar que el bienestar psicológico o eudaimónico corresponde al potencial que una persona tiene para realizarse como persona y no como felicidad hedónica como algunos teóricos interpretaban; es así que a través de las seis dimensiones expresadas en la Tabla 4., se constituye su modelo para brindar una evaluación de este constructo tan estudiado.

1.3.2 Principales resultados de la escala de bienestar psicológico de Ryff

La escala de bienestar psicológico ha sido aplicada en varias poblaciones, tanto en niños (Díaz, 2020); adolescentes (González y Andrade, 2016; Loera et al., 2017; Meier y Oros, 2019) y adultos (Rivera et al., 2016; Pineda et al., 2018; Lara, 2014).

Así también, en población clínica se encuentran estudios acerca del bienestar psicológico y otras variables psicológicas como el burnout (Taruchaín et al., 2020; Véliz et al., 2018; García et al., 2018), la ansiedad (Morales et al., 2019; Gutiérrez et al., 2020; Luna et al., 2020) y la depresión (Aburto et al., 2017; Rossi et al., 2019; Nastra, 2017).

De igual manera, se encuentran algunas investigaciones que demuestran una asociación entre diversas variables y el bienestar psicológico en poblaciones no clínicas, una de ellas es la investigación de Mohamed y Herrera (2014), quienes analizaron la relación entre el bienestar psicológico, autoconcepto, determinadas conductas y actitudes negativas en las relaciones de pareja de novios. Otro estudio determinó la relación entre síntomas depresivos, parámetros sociodemográficos y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de pregrado (Rossi et al., 2019), de igual forma Hinojosa y Alonso (2019) determinaron la relación, el efecto de la incertidumbre y el estrés percibido con el bienestar psicológico del familiar principal de la persona dependiente del alcohol.

Así también, existen varios estudios en población joven sobre la validación de la escala de bienestar psicológico de Ryff (Tito y Galindo, 2019; González et al., 2016; Meier y Oros, 2019) a continuación, se han seleccionado algunas investigaciones realizadas en diferentes países. Para ello se utilizó las bases de datos Scholar, Web of Science y Scopus, con los términos “propiedades psicométricas de la escala de Ryff en universitarios”, aplicando un filtro en los últimos 10 años, los cuales se presentan a continuación.

Tabla 5

Estudios sobre propiedades psicométricas de la escala de Ryff en universitarios en diferentes países desde el 2010 al 2020

| País | Autor | Año |
|-------------|---|------------|
| México | Blanco, H., Peinado, J., Jurado, P y Blanco. J | 2019 |
| México | Jurado, P., Benítez., Mondaca, F., Rodríguez, J y Blanco, J | 2017 |
| Colombia | Pineda, C., Castro, J., y Chaparro, R | 2017 |
| España | Freire, Ferradás, Núñez y Valle | 2017 |
| Perú | Pardo, C | 2016 |
| Argentina | Aranguren, M e Irrazabal, N | 2015 |

| | | |
|--------|--------------------------------------|------|
| México | Medina, M., Gutiérrez, C y Prados, F | 2013 |
| Chile | Véliz, A | 2012 |
| Rusia | Zhukovskaya, L y Troshikhina, E | 2011 |

Nota. Datos tomados de la base de datos Scholar, Web of Science y Scopus.

De esta forma, se evidencia como el estudio del bienestar psicológico de Ryff ha tomado importancia en varios dominios de la vida de una persona, abordándose desde distintos grupos de edad, en población clínica y no clínica, y estudios enfocados en el análisis psicométrico alrededor de varios países a nivel mundial, estos estudios dan a conocer la relevancia en la vida de las personas y la implicación que tiene en las mismas.

Capítulo dos

Diseño Metodológico

2.1 Objetivos de investigación

2.1.1 Objetivo General

Analizar las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada al español por Díaz et al. (2006)

2.1.2 Objetivos Específicos

Identificar la validez de constructo de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada al español por Díaz et al. (2006)

Identificar la fiabilidad de la consistencia interna de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada al español por Díaz et al. (2006)

2.2 Tipo y diseño de investigación

Estudio cuantitativo no experimental, desarrollado desde el enfoque empírico analítico de tipo psicométrico y de corte transversal; se clasifica dentro de los estudios instrumentales (Montero y León, 2007).

Es un diseño no experimental, porque ninguna variable es manipulada, se observará el comportamiento de la prueba psicológica tal y como se da en las condiciones de su aplicación, para después analizar los resultados considerando los criterios técnicos y teóricos; a partir de esto se puede decir que el estudio implica el uso de un diseño transversal, pues requiere de la recogida de información en un solo momento con el propósito de describir la confiabilidad y validez de la prueba (Hernández et al., 2014).

Esta investigación es de tipo psicométrico ya que permite por medio de métodos, teorías y técnicas la medida indirecta de los fenómenos psicológicos, requiriendo de principios básicos de confiabilidad y validez lo cuales sirven para evaluar las propiedades psicométricas de ítems y test en general (Meneses, 2013).

2.3 Población y muestra de estudio

El universo está conformado por 12734 estudiantes de la Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL) de la modalidad y abierta y a distancia de la UTPL (2019).

Se obtuvo una muestra representativa con un nivel de confianza del 99% y un margen de error del 5% (tamaño muestral de 633 sujetos). Aunque se procuró la representatividad, la muestra estuvo sujeta a la posibilidad de aceptación de participación voluntaria de los estudiantes.

De la población invitada, aceptaron participar del estudio un total de 1663 personas, obteniendo finalmente una muestra productora de datos conformada por 779 estudiantes, debido a que se requería que los sujetos contestaran todas las preguntas de bienestar psicológico y la información sociodemográfica solicitada.

2.3.1 Descripción de variables sociodemográficas

De la muestra productora de datos se obtiene la siguiente información sociodemográfica: existe un mayor número de mujeres (78,6%) que de hombres (21,4%), con una edad comprendida entre 18 a 65 años, siendo el mayor porcentaje (29,6%) el rango de estudiantes de 18 a 23 años; en cuanto a la ubicación, las provincias que poseen una mayor representación son: Pichincha (26,3%), Loja (12,4%) y Guayas (11,6%), perteneciendo el 71,7% al sector urbano y 28,3% al sector rural; en relación a su nivel socioeconómico, la mitad de los participantes pertenece a un nivel socioeconómico medio (51,4%), seguido del nivel medio-bajo (33,8%); en cuanto a las carreras de estudio de los participantes, la mayoría pertenecen al área socio humanística (Psicología, Derecho, Carreras de Educación y Comunicación); por otro lado en lo que respecta al estado civil, más de la mitad son solteros (56,5%) y el 74% de los estudiantes no tienen hijos; en cuanto a la ocupación actual, siete (70%) de cada diez estudiantes estudian y trabajan.

2.4 Instrumentos de recogida de información

2.4.1 Cuestionario “Termómetro de la Familia” (Ad. Hoc)

El Cuestionario Ad Hoc del Instituto para el Matrimonio y la Familia de la Universidad Católica San Pablo de Perú (2017), cuenta con 43 preguntas, distribuidas en seis

dimensiones: aspectos generales sociodemográficos, composición familiar, dinámica familiar, ocupación e ingresos familiares, familia y sociedad y conductas de riesgo. Para este estudio se consideraron únicamente 11 preguntas correspondientes a la dimensión sociodemográfica, que evaluaban las siguientes variables: sexo, edad, ubicación de residencia, parroquia, nivel socioeconómico percibido, carrera de estudio universitario, estado civil, ocupación, horas de trabajo y número de hijo(a)s.

2.4.2 **Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptación al español por Díaz et al.**

La Escala de Bienestar Psicológico fue creada por Ryff (1989), el procedimiento para el estudio se realizó en 321 adultos jóvenes, en primera instancia aplicó la escala conformada por 32 ítems en cada dimensión, posterior a los análisis correlacionales obtuvo una escala con 20 ítems por dimensión, con un total de 120 ítems. Sin embargo, para este estudio se consideró la adaptación al castellano de Díaz et al. (2006), quien utilizó la versión propuesta por Van Dierendonck (2004) de 39 ítems.

La Escala de Bienestar Psicológico de Díaz et al. (2006) empleó una muestra española de 467 personas entre 18 y 72 años, el estudio derivó en una escala conformada por 29 ítems distribuidas en seis dimensiones, las características de esta versión se muestran en la Tabla 6.

Tabla 6

Descripción de la Escala de Ryff adaptada por Díaz (2006)

| Criterio | Descripción |
|-------------------------------|---|
| Escala original/autor | Scales of Psychological Well-Being, SPWB (Ryff, 1989) |
| Autor /escala adaptada | Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C., y Van Dierendonck, D. (2006). |
| Validez | La versión mostró un nivel de ajuste excelente al modelo teórico propuesto de seis factores y un sólo factor de segundo orden de Van Dierendonck (2004) |
| Escalas y N° ítems | Seis escalas y 29 ítems |
| Formato de respuesta | Tipo Likert |
| Aplicación | Individual o colectiva |
| Ámbito-aplicación | Adolescentes y adultos entre 17 a 90 años |
| Duración | De 10 a 15 minutos |

| | |
|-----------------------------|---|
| Baremación | Para calcular la puntuación directa de la escala ponderada se sumarán las puntuaciones correspondientes a los ítems e ítems inversos (2,4,5,8,9,13, 19, 22,23 y 26) respecto a cada subescala. |
| Dimensiones | |
| Autoaceptación | Está relacionado al hecho de que las personas se logren sentir bien consigo mismo, reconociendo también las limitaciones que poseen, es así como se evalúa las valoraciones que se hace de uno mismo y su historia. |
| Relaciones Positivas | Es la facultad que las personas poseen para desarrollar y mantener relaciones positivas y de confianza con los demás, corresponde a la creencia que poseen respecto a las relaciones de confianza con otros. |
| Autonomía | Evalúa la capacidad que un individuo tiene respecto a lo que quiere en la vida, a mayor nivel de autonomía mejor se puede lidiar mejor con la presión social y regular comportamientos. |
| Dominio del entorno | Corresponde a la habilidad y capacidad de un individuo para elegir o desarrollar entornos positivos, para satisfacer sus propias necesidades y de esa manera desarrollarse dentro de un contexto de una manera óptima. |
| Propósito en la vida | Capacidad para desarrollar metas claras, y tener la habilidad para definir los objetivos o propósitos que se quieren alcanzar en la vida, de esa forma se podrá encontrar un sentido en la vida que es percibido por la propia persona. |
| Crecimiento Personal | Capacidad para desarrollar las condiciones necesarias para crecer como persona, esto implica potencializar las facultades individuales para un funcionamiento positivo óptimo. |

Nota. Información obtenida de Sandoval et al. (2017)

A continuación, se presentan las dimensiones con el número de ítems correspondientes y el resultado de los análisis de consistencia interna para evaluar el constructo de bienestar psicológico.

Tabla 7

Dimensiones de la Escala de Bienestar Psicológico y resultados de análisis de la consistencia interna

| | Dimensión 1 | Dimensión 2 | Dimensión 3 | Dimensión 4 | Dimensión 5 | Dimensión 6 |
|---------------|----------------|-------------------------|----------------|---------------------------|-------------------------|-------------------------|
| Escala | Autoaceptación | Relaciones positivas | Autonomía | Dominio del entorno | Propósito en la vida | Crecimiento personal |

| | | | | | | |
|------------------------|-------------|----------------|------------------|-----------------|-----------------|----------------|
| Número de ítems | 4 | 5 | 6 | 5 | 5 | 4 |
| Ítems | 1,7,19 y 31 | 2,8,14,26 y 32 | 3,4,9,15,21 y 27 | 5,11,16,22 y 39 | 6,12,17,18 y 23 | 24, 36,37 y 38 |
| A | 0.84 | 0,78 | 0,70 | 0,82 | 0,70 | 0.71 |

Nota. Datos obtenidos de Díaz et al., (2006)

2.5 Procedimiento

La recolección de datos se realizó en el proyecto de investigación: “Determinación de factores psicosociales de las familias de los estudiantes universitarios de la UTPL”(PROY_INV_PSI_2019_2608) financiado por el Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Técnica Particular de Loja, ejecutado desde el 4 de junio del 2019 hasta el 4 de junio del 2020 y dirigido por la Dra. Silvia Vaca-Docente Investigadora del departamento de Psicología de la UTPL; quien autorizó se utilice la información para el desarrollo del presente trabajo de fin de grado de la Licenciatura de Psicología.

Por lo antes indicado, las fases desarrolladas surgen a partir de la matriz de datos en formato del programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS 23). Sin embargo, se realiza una breve explicación del proceso de recolección de información:

La fase **recogida de datos** tuvo una duración de dos meses, las encuestas fueron aplicadas de manera on-line mediante la herramienta Survey Monkey, dicho enlace únicamente permitía el ingreso a la encuesta sin registrar la identificación, una vez finalizado el proceso de recolección de datos, estos se descargaron y fueron exportados a SPSS.

Es importante indicar, que se utilizó un consentimiento informado, aplicando el *principio de autonomía*, el estudiante recibió previo a la realización de la encuesta de estudio (Ver Apéndice 1. Consentimiento informado). Los participantes podían retirarse en cualquier momento, tal información sería utilizada netamente para fines académicos y de investigación, siguiendo las normas establecidas en la declaración de Helsinski (Asociación Medida Mundial [WMA], 2017) y el informe de Belmont (Ryan, et al., 1979).

2.6 Análisis de datos

Para los análisis estadísticos se empleó el programa Statistical Package for the Social Sciences Statistics SPSS (versión 23). En primera instancia previo análisis factorial se realizó las pruebas para comprobar si la estructura de los datos era válida para ser analizados factorialmente, estas son la medida de adecuación de Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) y la prueba de esfericidad de Bartlett.

Para determinar la validez de constructo, se realizó el análisis factorial exploratorio, utilizando el método de extracción de análisis de componentes principales y el método de rotación Oblimin con normalización Kaiser, tomando en consideración los factores que únicamente superen el criterio de análisis de $\geq .40$.

Con respecto al análisis de confiabilidad se estimó la consistencia interna a través del coeficiente alfa de Cronbach en SPSS 23 y el estadístico Omega McDonald en el programa Jamovi para cada una de las dimensiones y el puntaje total. Finalmente, para determinar que los ítems que miden el constructo por dimensiones se establecen correlaciones entre los mismos (Argimon y Jiménez, 2019; Frías, 2021).

Capítulo tres

Resultados y Discusión

3.1 Resultados

Con la finalidad de responder al objetivo general de este estudio que consistía en analizar las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada al español por Díaz et al. (2006), se establecieron objetivos específicos de investigación.

A continuación, se muestran los resultados correspondientes al primer objetivo específico, que pretende identificar la validez de constructo por medio del análisis factorial exploratorio. Previo a la realización de este análisis es necesario realizar pruebas que permitan comprobar si existen correlaciones entre los ítems del instrumento para crear dimensiones (Contreras et al.,2019), la primera corresponde a la medida de adecuación KMO utilizada para verificar la adecuación de los datos entre los ítems desde sus correlaciones parciales, comprende valores entre 0 y 1, siendo necesario valores altos cercanos a la unidad y la prueba de esfericidad de Bartlett contrasta que la matriz no es identidad, es decir, que las correlaciones sean significativas entre las variables, es así que, mientras el determinante X^2 mayor sea y la significancia sea menor resulta adecuado realizar un analisis factorial (De la Fuente, 2011).

Tabla 8

Pruebas de adecuación de KMO y Bartlett

| | | |
|-----------------------------------|---------------------|---------|
| Medida Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) | | ,94 |
| Prueba de esfericidad de Bartlett | Aprox. Chi-cuadrado | 9988,26 |
| | GI | 6 |
| | Sig. | ,00 |

En cuanto a la medida de adecuación de KMO se obtuvo un resultado de 0.94, lo cual se comprende muy cercano a la unidad (1). Referente a la prueba de esfericidad de Bartlett se obtuvo un valor idóneo de $X^2=9988,266$ ($p=0.00$), por lo cual, los resultados

indican que el análisis factorial es válido para esta escala a través de ambas pruebas aplicadas.

Una vez cumplido con los parámetros establecidos, se realiza el análisis factorial, para lo cual se presenta en la Tabla 9 la varianza total explicada para cada uno de los factores que conforman la escala, mostrando una lista de autovalores los cuales evidencian la cantidad de varianza total explicada por cada uno y el porcentaje de varianza total asociado a cada factor, el cual se obtiene al dividir su autovalor con la suma de los autovalores (número total de ítems), donde se extraen únicamente factores y autovalores > 1 (Cea et al., 2012).

Tabla 9

Varianza total explicada

| Componente | Autovalores iniciales | | | Sumas de cargas al cuadrado de la rotación ^a |
|------------|-----------------------|---------------|-------------|---|
| | Total | % de varianza | % acumulado | Total |
| 1 | 9,44 | 32,58 | 32,58 | 8,18 |
| 2 | 3,09 | 10,68 | 43,26 | 3,64 |
| 3 | 1,41 | 4,88 | 48,14 | 1,72 |
| 4 | 1,13 | 3,92 | 52,07 | 6,11 |
| 5 | 1,06 | 3,68 | 55,75 | 1,57 |
| 6 | ,95 | 3,30 | 59,05 | |
| 7 | ,91 | 3,15 | 62,21 | |
| 8 | ,82 | 2,84 | 65,06 | |
| 9 | ,79 | 2,72 | 67,78 | |
| 10 | ,73 | 2,52 | 70,30 | |
| 11 | ,70 | 2,42 | 72,73 | |
| 12 | ,66 | 2,27 | 75,01 | |
| 13 | ,65 | 2,24 | 77,25 | |
| 14 | ,61 | 2,10 | 79,35 | |
| 15 | ,58 | 2,01 | 81,37 | |
| 16 | ,55 | 1,92 | 83,29 | |
| 17 | ,51 | 1,77 | 85,06 | |
| 18 | ,48 | 1,68 | 86,74 | |
| 19 | ,47 | 1,63 | 88,38 | |
| 20 | ,45 | 1,57 | 89,95 | |

| | | | |
|----|-----|------|--------|
| 21 | ,40 | 1,40 | 91,36 |
| 22 | ,39 | 1,35 | 92,71 |
| 23 | ,38 | 1,33 | 94,05 |
| 24 | ,36 | 1,25 | 95,30 |
| 25 | ,31 | 1,09 | 96,39 |
| 26 | ,30 | 1,04 | 97,43 |
| 27 | ,26 | ,91 | 98,35 |
| 28 | ,25 | ,86 | 99,21 |
| 29 | ,22 | ,78 | 100,00 |

Nota. Método de extracción: análisis de componentes principales.

El análisis deriva en cinco factores >1, los cuales explican el 55.75% del constructo de bienestar psicológico de Díaz, esto indica que los 29 ítems de la escala se agrupan en cinco dimensiones, lo cual se explica a continuación:

El componente 1, explica el mayor porcentaje del total la varianza (32.58%); el componente 2, el 10,68%; el componente 3, el 4.8% de la varianza total explicada; el componente 4 el 3.92% de la varianza y finalmente el componente 5, explica el menor porcentaje de la varianza (3,68%).

A continuación, se presenta la matriz patrón donde se muestra la solución factorial, en ella se consideran los nuevos factores o componentes donde se proyectan las cargas factoriales en relación a cada uno de sus componentes (López y Fachelli, 2016). Para este análisis se utilizó el método de extracción de componente principales, donde los factores surgen a partir de la combinación de las variables observables (ítems) basándose únicamente en cálculos matemáticos sin considerar su interpretación teórica (López y Gutiérrez, 2018). Así también, se utilizó la rotación oblicua Oblimin, la cual calcula los factores cuando delta es igual a 0, controlando el grado de oblicuidad en la solución factorial (Ferrando y Anguiano, 2010).

Tabla 10

Matriz de patrón

| Ítems | Componente | | | | |
|--|------------|---|---|------|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento de cómo han resultado las cosas | | | | ,671 | |

| Ítems | Componente | | | | |
|---|------------|------|-------|------|------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2.A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones | | ,657 | | | |
| 3.No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente | | | | | ,707 |
| 4.Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida | | | ,432 | | |
| 5.Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga | | ,495 | | | |
| 6.Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad | ,465 | | | | |
| 7.En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo | | | | ,517 | |
| 8.No tengo muchas personas que quieren escucharme cuando necesito hablar | | ,745 | | | |
| 9.Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí | | ,463 | | | |
| 10.He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto | | | | ,641 | |
| 11.Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo | | | | ,519 | |
| 12.Siento que mis amistades me aportan muchas cosas | | | -,620 | | |
| 13.Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones | | | ,592 | | |
| 14.En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo | ,448 | | | | |
| 15.Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro | | | | ,569 | |
| 16.Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí | | | | ,469 | |
| 18.Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general | ,644 | | | | |
| 19.Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen | | | | ,520 | |

| Ítems | Componente | | | | |
|--|------------|------|---|---|------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20.Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida | ,657 | | | | |
| 17.Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad | ,655 | | | | |
| 21.En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo | ,810 | | | | |
| 22.No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza | | ,722 | | | |
| 23.Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos | | ,566 | | | |
| 24.En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo | ,614 | | | | |
| 25.Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí | ,503 | | | | |
| 26.Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona | | | | | ,447 |
| 27.Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona | ,788 | | | | |
| 28.Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento | ,857 | | | | |
| 29.Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla | ,812 | | | | |
| a. La rotación ha convergido en 20 iteraciones. | | | | | |

Nota. Método de extracción: análisis de componentes principales; Método de rotación: Oblimin con normalización Kaiser.

Con el fin de interpretar los resultados obtenidos se presenta a continuación la estructura original de los factores y se compara con la estructura encontrada en esta muestra de estudio:

Tabla 11

Comparación de escalas

| | Escala Salcedo (2021) | | | | | | | | | |
|----------|-----------------------|-------------|-----------|---|-----------|---|-----------|-------------|-----------|---|
| | D1 | | D2 | | D3 | | D4 | | D5 | |
| | (11 ítems) | | (6 ítems) | | (3 ítems) | | (7 ítems) | | (2 ítems) | |
| | Ítems | % | Ítems | % | Ítems | % | Ítems | % | Ítems | % |
| D1: Auto | 17,24 | 18,2 | | | | | 1,7 | 28,6 | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---|--|-----------|-------------|----------|-------------|----------|-------------|----------|-------------|-----------|------------|
| Escal a Díaz et al. et al. (2006) | Aceptación (4 ítems) D2: Relaciones Positivas (5 ítems) | 25 | 9,1 | 2,8,22 | 50 | 12 | 33,3 | | | | |
| | D3: Autonomía (6 ítems) | 18 | 9,1 | 9,23 | 33,3 | 4,13 | 66,7 | | 3 | 50 | |
| | D4: Dominio del entorno (5 ítems) | 14,29 | 18,2 | 5 | 16,7 | | | 10,19 | 28,6 | | |
| | D5: Propósito en la vida (5 ítems) | 6,20 | 18,2 | | | | | 11,15,16 | 42,9 | | |
| | D6: Crecimiento Personal (4 ítems) | 21,27,28 | 27,3 | | | | | | | 26 | |
| | TOTAL | 11 | 100 | 6 | 100 | 3 | 100 | 7 | 100 | 2 | 100 |

Nota. D1= dimensión uno; D2=dimensión dos; D3= dimensión tres; D4=dimensión cuatro; D5=dimensión cinco; D6=dimensión 6.

- Los ítems de la dimensión 1 de autoaceptación de Díaz et al. (2006) están presentes en la primera dimensión de Salcedo (2021) con el 50% de sus ítems (4 total), esta nueva composición está conformada por 11 ítems, teniendo mayor representatividad la dimensión de Crecimiento Personal (27,3 %), seguida de las dimensiones de autoaceptación, dominio del entorno y propósito en la vida, todas ellas aportan con un 18,2 % respectivamente y finalmente las dimensiones de relaciones y autonomía aportan en un 9,1 %. Esta primera dimensión de Salcedo se caracteriza por tener entre 1 a 3 ítems de cada una de las dimensiones originales.
- Los ítems de la dimensión dos (5 en total) de Díaz et al (2006) denominada relaciones positivas, se mantienen en un 60% en la dimensión dos del estudio de Salcedo (2021), en esta nueva composición se conforman 6 ítems de los cuales el

50% corresponde a relaciones positivas, seguido de autonomía (33,3 %) y dominio del entorno (16,7 %).

- Los ítems de la dimensión tres de autonomía del modelo original (6 en total) se mantienen en un 33,3% en la dimensión tres del estudio de Salcedo (2021) la cual se conforma por 3 ítems, de los cuales posee una mayor representatividad autonomía con un el 66,7 %, seguido de relaciones positivas con un 33,3%.
- Los ítems de la dimensión cuatro de dominio del entorno de Diaz et al (2006) se mantiene en un 40% (5 en total) en la dimensión cuatro de Salcedo (2021), en este estudio se conforman 7 ítems, teniendo mayor representatividad la dimensión de propósito en la vida en un 42,9% y la dimensión de autoaceptacion y dominio del entorno con un 28,6%.
- Los ítems de la dimensión cinco de la escala original no mantiene en ningún porcentaje (5 en total) en la dimensión cinco de Salcedo (2021) esta nueva composición está conformada por 2 ítems, en donde tanto la dimensión de autonomía y crecimiento personal aportan en un 50% respectivamente.
- Los ítems de la dimensión seis de la escala original no representa ningún porcentaje de sus ítems originales (4 en total) ya que la dimensión seis en este estudio desapareció de estos resultados.

Con respecto al segundo objetivo específico que determina la fiabilidad del instrumento para su puntaje total y en cada una de sus dimensiones, se llevó a cabo los análisis de confiabilidad mediante la aplicación de coeficiente Alfa de Cronbach y del coeficiente de Omega Mc Donald (Tabla 12), estos permiten estimar la consistencia interna del instrumento a través de un grupo de ítems que supone miden el mismo constructo (Frías, 2021).

Tabla 12

Confiabilidad de la escala mediante el Alfa de Cronbach y Omega Mc Donald

| | α | Cantidad de reactivos | Ω | Cantidad de reactivos |
|----------------|----------|-----------------------|----------|-----------------------|
| Dimensión 1 | .910 | 11 | .916 | 11 |
| Dimensión 2 | .756 | 6 | .757 | 6 |
| Dimensión 3 | -.171 | 3 | .287 | 3 |
| Dimensión 4 | .832 | 7 | .837 | 7 |
| Dimensión 5 | .162 | 2 | .162 | 2 |
| Escala General | .906 | <u>29</u> | .906 | <u>29</u> |

En lo referente al análisis de fiabilidad de las puntuaciones de la escala obtenidas a través del estadístico Alfa de Cronbach y el estadístico Omega McDonald según Chaves y Rodríguez (2018) la fiabilidad de consistencia interna se interpreta de la siguiente manera: la primera dimensión se considera como excelente, en referente a la dimensión dos se interpreta como aceptable, en cuanto a la dimensión cuatro se considera como buena, mientras que tanto la dimensión 3 y 5 son inaceptables. Sin embargo, la escala general mostro un índice de consistencia interna de .906 que representa a excelente fiabilidad.

3.2 Discusión

En este estudio se analizó las propiedades de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en una muestra de estudiantes universitarios, así como otros autores han realizado en diferentes países de Latinoamérica como Chile, Argentina, México y Colombia (Freire et al., 2017; Aranguren y Irrazabal, 2015; Valenzuela, 2015; Pineda et al., 2018) todos ellos han utilizado la adaptación reducida al español de Díaz et al. (2006) de 29 ítems.

Dando respuesta al primer objetivo que fue determinar la validez de constructo de la escala, los resultados evidenciaron que este estudio no valida totalmente la estructura original propuesta por Diaz et al. (2006), puesto que de manera general se encuentran cinco dimensiones, siendo originalmente seis; resultados que coinciden con otros estudios donde realizan el análisis factorial exploratorio en población joven (Aranguren y Irrazabal, 2015; Jurado et al., 2017; Valenzuela, 2015), arrojándose la conformación de escalas con tres y dos dimensiones respectivamente.

Este fenómeno puede atribuirse a factores culturales, evolutivos (Meier y Oros, 2019), ambigüedad conceptual (Freire et al., 2017), o diferentes contextos socioculturales (Pineda et al., 2018) en los que es aplicada la escala, considerando que el constructo de bienestar psicológico se caracteriza por su naturaleza subjetiva. Es decir que resulta del equilibrio entre las expectativas y logros vitales, logrando que el bienestar difiera del ciclo y condiciones de vida, educación, ocupación o grupo social (García y González, 2000; García, 2005).

De esta forma, la dimensión uno de Díaz et al. (2006) de autoaceptación representa el 13% de los ítems (4) en la escala global, mientras que en Salcedo (2021) el 38 % (11); la dimensión dos de la escala original presenta el 17,24% de preguntas (5) y en esta escala logra el 20,7% (6); en la dimensión tres la escala de Díaz et al. (2006) representa el doble de ítems 20,68% (6) que Salcedo (2021) en un 10,3% (3); en la dimensión cuatro de Díaz et al. (2006) representa un 17,74% (5), mientras que Salcedo (2021) lo hace en un 24,1% (7); en la dimensión cinco la escala original muestra el 17,24% (5) a la vez que Salcedo (2021) el 6,89%(2); y por último la dimensión seis de Díaz conforma el 13,79% (4) mientras que en Salcedo no logra ninguna conformación ya que esta dimensión se desintegra en este estudio.

Por lo tanto, igual que en otros estudios de población adulta y joven los ítems se distribuyen de manera distinta al realizar un análisis factorial (Aranguren e Irrazabal, 2015; Rodríguez et al., 2012; Véliz, 2012).

En lo referente a la fiabilidad de la escala para su dimensión total, se encontró una consistencia interna y omega de 0.906, valorada como excelente (Chaves y Rodríguez, 2016), estos resultados son consistentes con los resultados obtenidos en muestra colombiana (Pineda et al., 2018) y española (Freire et al., 2017).

De esa forma, tomando en referencia a la investigación en población colombiana, por Pineda et al. (2018) en estudiantes universitarios, derivo una confiabilidad omega de 0.91; y por su parte en la investigación española realizada por Freire et al. (2017) en población universitaria se obtuvo una confiabilidad total de 0.87.

Es importante indicar que las dimensiones 3 y 5 presentan una fiabilidad inaceptable, posiblemente esto tiene relación con el número de ítems que se dispongan, ya que mientras haya una mayor cantidad de ítems mayor será el índice de confiabilidad de la escala (Hernández et al., 2014) lo cual se evidencia en este estudio ya que en el caso de las dimensiones que obtuvieron una confiabilidad inaceptable estaban conformadas por 3 y 2 ítems respectivamente; y en cambio, en las dimensiones que obtuvieron una mejor fiabilidad las dimensiones estaban constituidas por dimensiones con ítems de 11, 6 y 7 respectivamente lo cual se atribuye a lo que manifiesta el autor.

Conclusiones

Es importante señalar que el análisis factorial exploratorio permitió analizar la agrupación de los ítems, la correlación existente entre los mismos y la coincidencia observada con el comportamiento original de los ítems propuesto por el autor. Esto ha permitido sugerir matemáticamente que algunas preguntas se encuentran asociadas no solo numéricamente sino conceptualmente, de manera que es un buen inicio para redefinir las dimensiones en población ecuatoriana posterior a un análisis confirmatorio que se requiere para la validación completa de la escala de Bienestar psicológico.

Por lo tanto, en lo referente al primer objetivo, se concluye que la escala de Bienestar Psicológico aplicada a universitarios en el Ecuador, no derivó las mismas dimensiones de la versión original de Díaz et al. (2006). La validez de constructo de la escala demuestra que en esta población las características asociadas a las dimensiones de bienestar no están midiendo como originalmente se propone; posiblemente por el rango de edad heterogéneo de los individuos (entre 18 a 65 años), así como a la ocupación que la mayoría reportaron tener estudiar y trabajar (siete de cada diez estudiantes) esta característica difiere de la analizada por la escala original.

En relación con el segundo objetivo, la confiabilidad del puntaje de la escala total arroja una consistencia interna (coeficiente Alpha de Cronbach y Omega McDonald) alta, esto indica que en su conjunto los ítems miden el constructo en estudio. Situación similar ocurre con las dimensiones 1, 2 y 4, sin embargo, las dimensiones 3 y 5 presentan una confiabilidad baja, por lo cual, es indispensable hacer análisis retirando algunos de los ítems con el fin de mejorar la confiabilidad.

Recomendaciones

Se recomienda replicar esta investigación en una mayor población de estudiantes universitario-ecuatorianos, con edades homogéneas y características sociodemográficas y ocupacionales con mayor similitud o en grupos de personas adultas, con el fin de obtener resultados más consistentes en cuanto a su fiabilidad y validez.

Para próximos estudios, es necesario realizar una prueba piloto en la población de estudio, que permita analizar la comprensión de los ítems por parte de la población y también validar culturalmente la escala, que, aunque se encuentre en idioma español, debe considerarse una adaptación lingüística del dialecto ecuatoriano, puesto que en un país europeo como España existe una cultura diferente a la Latinoamericana.

Si comparamos la confiabilidad con la validez, nos damos cuenta de que la obtención de la primera puede ser reducida básicamente a una cuestión técnica. Sin embargo, la validez es mucho más que eso, tiene que ver con el aspecto sustantivo de la ciencia misma asociada a un constructo específico, de ahí la importancia de continuar con análisis confirmatorios.

Es necesario continuar con el análisis de validez de constructo a través del análisis factorial confirmatorio (AFC), para encontrar una nueva estructuración de dimensiones que permita mejorar la fiabilidad de la escala y contrastar con modelos teóricos preestablecidos, permitiendo definir, relacionar y asociar los ítems (Lloret et al., 2014).

Referencias

- Aburto, C., Díaz, K. y López, P. (2017). Ideación suicida en adolescentes del área rural: estilo de crianza y bienestar psicológico. *Revista Colombiana de Enfermería*, 15(1), 50-61.
- Aiken, L. (1996). *Tests Psicológicos y Evaluación (8ª edición)*, Prentice Hall Hispanoamericana.
- Allport, G. (1961). *Pattern and growth in personality*. Holt, Rinehart & Winston
- Almeida, L. y Fernandes, H. (2019). Relationship between physical education, school satisfaction, psychological well-being and academic achievement in vocational students. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(proc4), 1427-1429.
- Álvarez, S. y Salazar, E. (2018). *Funcionamiento Familiar y Bienestar Psicológico en Adolescentes de una Comunidad Vulnerable* [Tesis de postgrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. <https://n9.cl/0ayqf>
- Aranguren, M. y Irrazabal, N. (2015). Psychometric properties of Ryff's Scales of psychological well-being in Argentinean sample. *Ciencias Psicológicas*, 9(1), 73-83. <https://n9.cl/c1rqv>
- Araujo, V. y Savignon, D. (2018). Bienestar psicológico en estudiantes repitentes de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. *Revista Cubana Educación Superior*(2), 178-188.
- Argimon, J. y Jiménez, J. (2019). *Métodos de investigación clínica y epidemiológica*. Elsevier
- Arias, J. y Toro, M. (2010). Calidad de vida: más allá de los hechos. *Perfil de Coyuntura Económica*, (15), 171-175.
- Asociación Medida Mundial [WMA]. (2017,21 de marzo). Declaración de Helsinki De La Amm. Principios Éticos para las Investigaciones Médicas en Seres Humanos. <https://n9.cl/mrs4>
- Aponte, V. (2015). Calidad de vida en la tercera edad. *Ajayu*, 13(2), 152-182.

- Barrera, L., Sotelo, M., Barrera, R. y Aceves, J. (2018). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitario. *Enseñanza e investigación en Psicología*, 1(2), 244-251.
- Barth, I., Anderssen, S., Tjomsland, H., Skulberg, K. y Thurston, M. (2020). Physical activity, mental health and academic achievement: A cross-sectional study of norwegian adolescents. *Mental Health and Physical Activity*, 18. doi:10.1016/j.mhpa.2020.100322
- Blanco, H., Peinado, J., Jurado, P. y Blanco, J. (2019). Invarianza Factorial del Cuestionario de Bienestar Psicológico de Ryff en Universitarios, de Acuerdo al Género. *Formación universitaria*, 12(3), 47-54. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062019000300047>
- Bautista, L. (2017). La calidad de vida como concepto. *Revista Ciencia y Cuidado*, 14(1), 5-8.
- Bedoya, M., Posada, D., Quintero, M. y Zea, J. (2016). Factores Influyentes en el bienestar de los individuos en un contexto laboral. *Revista electrónica Psyconex*, 8(10).1-9.
- Benítez, I. (2016). La evaluación de calidad de vida: retos metodológicos presentes y futuros. *Papeles del Psicólogo*, 37(1), 69-73.
- Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Aldine.
- Bühler, C. (1935). La curva de la vida estudiada en las biografías. *Revista de psicología aplicada*, 19 (4), 405.
- Carrillo, A., Galarza, S. y García, N. (2016). Felicidad y bienestar subjetivo: factores determinantes. *Economía y negocios*, 7(1), 5-14.
- Casullo, M. (2002). Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica, Paidós.
- Cea, M., Blanco, F., Álvarez, M., Arribas, A., Díaz, E. y Valles, M. (2012) *SPSS 10. Guía para el análisis de datos*. Universidad Complutense de Madrid.
- Celemin, J., Mikkelsen, C. y Velázquez, G. (2015). La calidad de vida desde una perspectiva geográfica: integración de indicadores objetivos y subjetivos. *Revista Universitaria de Geografía*, 24(1), 63-84.

- Chaves, E. y Rodríguez, L. (2016). Análisis de confiabilidad y validez de un cuestionario sobre entornos personales de aprendizaje (PLE). *Revista Ensayos Pedagógicos*, 13 (1), 71-106. <http://dx.doi.org/10.15359/rep.13-1.4>
- Chen, F., Bao, L., Shattuck, R., Borja, J. y Gultiano, S. (2017). Implicaciones de cambios en la estructura familiar y la composición para el bienestar psicológico de las mujeres filipinas en los años medio y posterior. *Investigación sobre el envejecimiento*, 39(2), 275–299. <https://doi.org/10.1177/0164027515611181>
- Chen, S., Benner, A. y Wang, Y. (2020). Discrimination and adolescents' academic and socioemotional adjustment: The moderating roles of family and peer cultural socialisation. *International Journal of Psychology*, 55(5), 702-712. doi:10.1002/ijop.12637
- Contreras, J., Piedrahita, A. y Ramírez, I. (2019). Competencias digitales, desarrollo y validación de un instrumento para su valoración en el contexto colombiano. Trilogía Ciencia Tecnología Sociedad, 11(20), 205-232. <https://doi.org/10.22430/21457778.1083>
- Corona, K., Campos, B. y Chen, C. (2017). Familism is associated with psychological well-being and physical health: Main effects and stress-buffering effects. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 39(1), 46-65. doi:10.1177/0739986316671297
- Correa, A., Cuevas, M. y Villaseñor, M. (2016). Bienestar psicológico, metas y rendimiento académico. *Vertientes*, 19(1), 29-34.
- Cuadra, A., Medina, E. y Salazar, K. (2016). Relación de bienestar psicológico, apoyo social, estado de salud física y mental con la calidad de vida en adultos mayores de la ciudad de Arica. *Límite*, 11(35), 56-67.
- Custodio, J., Marawski, B., Elizathe, L. y Rutzstein, G. (2017). Calidad de vida relacionada con la salud: análisis factorial exploratio del RAND-26 en mujeres de Buenos Aires. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 9(2), 34-49.

- De la Fuente Fernández, S. (2011). Componentes principales. *Apuntes. Universidad Autónoma de Madrid*.
- Díaz, M. (2020). *Estilos educativos parentales y bienestar psicológico en niños y niñas de 12 y 13 años de una I.E. privada de Lima* [Tesis de maestría, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio USMP. <http://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/6547>
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being Psychological Bulletin, 95(3), 542-575
- Diener, E., Oishi, S. y Lucas, R. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive Evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 403-425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Di Giacomo, D., Ranieri, J., Fiasca, F. y Mattei, A. (2019). Estilo de vida, índice de masa corporal y bienestar en la juventud: Fortalece y debilidad en la juventud italiana. *Investigación en Psicología de la Salud*, 7(1). <https://doi.org/10.4081/hpr.2019.8035>
- Domínguez, R. e Ibarra, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y palabra*, 21(1), 660-679.
- Dias, P., Bastos, A., Marzo, J. y García, J. (2016). Bienestar, calidad de vida y regulación afectiva en adolescentes portugueses. *Atención primaria*, 48 (7), 432-439. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2015.09.005>
- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C. y Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.
- Dragun, R., Veček, N., Marendić, M., Pribisalić, A., Đivić, G., Cena, H., Pola ek, O. y Kolčić, I. (2021). Have lifestyle habits and psychological well-being changed among adolescents and medical students due to COVID-19 lockdown in croatia? *Nutrients*, 13(1), 1-16. doi:10.3390/nu13010097
- Erikson, E. (1959). Identity and the life cycle. *Psychological Issues*, 1, 18-164.

- Esposito, G., Passeggia, R., Pepicelli, G., Cannata, A., Parlato, F. y Freda, M. (2020). Mentalizing the university experience: An exploratory study on the relationship between university students' reflective functioning, psychological well-being and academic performance. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 8(2), 1-21. doi:10.6092/2282-1619/mjcp-2415
- Ezequiel, P., Muñoz, R. y Medrano, L. (2018). Concepciones de la Felicidad y su relación con el Bienestar Subjetivo: un estudio mediante Redes Semánticas Naturales. *Liberabit.Revista Peruana de Psicología*, 24(1).
- Fernández, G. y Rojo, F. (2005). Calidad de vida y salud: planteamientos conceptuales y métodos de investigación. *Territoris*, 5, 117-135.
- Ferrando, P. y Anguiano, C. (2010). El análisis factorial como técnica de investigación en psicología. *Papeles del psicólogo*, 31(1), 18-33.
- Freire, C. y Ferradás, M. (2016). *Calidad de vida y bienestar en la vejez*. Ediciones Pirámide.
- Freire, C., Ferradás, M., Núñez, J. y Valle, A. (2017). Estructura factorial de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 10(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2016.10.001>
- Frías, D. (2021). *Apuntes de consistencia interna de las puntuaciones de un instrumento de medida*. Universidad de Valencia.
- Fúñez, M. (2018). *Calidad de vida relacionada con la salud y resiliencia en militares españoles* [Tesis de doctorado, Universidad de Lleida]. Repositorio Obert UdL. <https://repositori.udl.cat/handle/10459.1/65989>
- García, C. y González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592.
- García, C. (2005). El bienestar psicológico: dimensión subjetiva de la calidad de vida. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 8(2), 1-20.

- García, F., Cova, F., Bustos, F. y Reyes, E. (2018). Burnout y bienestar psicológico de funcionarios de unidades de cuidados intensivos. *Duazary*, 15(1), 23–38. <https://doi.org/10.21676/2389783X.2101>
- García, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *En claves del pensamiento*, 8(16), 13-29.
- García, M. (2002). El bienestar subjetivo. *Escritos de Psicología*, 6, 18-39.
- García, M., Sánchez, I. y Parra, A. (2019). El papel de los padres en el bienestar psicológico de los adultos emergentes: un enfoque orientado a la persona. *Proceso familiar*. 58(1), 954-971. <https://doi.org/10.1111/famp.12388>
- Garriga, A. y Pennoni, F. (2020). The Causal Effects of Parental Divorce and Parental Temporary Separation on Children's Cognitive Abilities and Psychological Well-being According to Parental Relationship Quality. *Social Indicators Research*. <https://doi.org/10.1007/s11205-020-02428-2>
- Garzaniti, R. y Noriega, J. (2015). Calidad de vida: campo de intervención del psicólogo comunitario[congreso]. *VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXII Jornadas de Investigación XI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Buenos Aires, Argentina. <https://www.aacademica.org/000-015/595>
- Gervais, C. y Jose, P. (2020). How does family connectedness contribute to youths' health? the mediating role of coping strategies. *Family Process*, 59(4), 1627-1647. doi:10.1111/famp.12514
- González, J., Quinteros, N., Veray, J. y Rosario, A. (2016). Adaptación y Validación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en una Muestra de Adultos Puertorriqueños. *Salud y Conducta Humana*, 3(1), 1-14.
- González, M. y Andrade, P. (2016). Escala de bienestar psicológico para Adolescentes. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación en Psicológica*, 2(42), 69-83.

- Guo, Y., Xu, M., Zhang, J., Hu, Q., Zhou, Z., Wei, Z., Yan, J., Chen, Y., Lyu, J., Shao, X., Wang, Y., Guo, J. y Wei, Y. (2018). The effect of three-circle post standing (zhanzhuang) qigong on the physical and psychological well-being of college students. *Medicine (United States)*, 97(38) doi:10.1097/MD.00000000000012323
- Gutiérrez, A., Mondaca, C., Urzúa, A. y Wlodarczyk, A. (2020). ¿Puede el optimismo mediar el efecto negativo de la ansiedad rasgo sobre el bienestar psicológico? *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 54(2), e916-e916.
- Han, K. y Yang, C. (2018). Relationship between health-promoting lifestyle and psychological well-being in obese middle-aged people. *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 9(9), 1098-1106. doi:10.5958/0976-5506.2018.01146.4
- Herce, R. (2020). Interdisciplinarietà y transdisciplinarietà en la investigación de Carol Ryff. *Naturaleza Y Libertad. Revista De Estudios Interdisciplinarios*, (14). <https://doi.org/10.24310/NATyLIB.2020.v14i2.10734>
- Hernández, A. y Hernández, L. (2016). *Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas mayores* [Tesis de fin de grado, Universidad de la Laguna]. <https://n9.cl/dvr9i>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw Hill.
- Hess, S. y Pollmann-Schult, M. (2020). Associations between mothers' work-family conflict and Children's psychological well-being: The mediating role of mothers' parenting behavior. *Journal of Child and Family Studies*, 29(6), 1561-1571. doi:10.1007/s10826-019-01669-1
- Hinojosa, L. y Alonso, M. (2019). Incertidumbre, estrés y su relación con el bienestar psicológico en familiares de dependientes del alcohol. *Cultura de los Cuidados*, 23 (55), 222-231. <http://dx.doi.org/10.14198/cuid.2019.55.19>
- Huffman, A., Matthews, R. y Irving, L. (2017). Family fairness and cohesion in marital dyads: Mediating processes between work-family conflict and couple psychological

- distress. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 90(1), 95-116.
doi:10.1111/joop.12165
- Hurtado, A., Tinto, J. y Zerpa, S. (2011). Medición de la calidad de vida en Mérida a través de la lógica difusa. *Economía*, (32), 67-94.
- Imrie, S., Zadeh, S., Wylie, K., y Golombok, S. (2020). Children with trans parents: Parent–Child relationship quality and psychological well-being. *Parenting*.
doi:10.1080/15295192.2020.1792194
- Instituto para el Matrimonio y la Familia de la Universidad Católica San Pablo de Perú (2017). *IV Barómetro de la Familia. Estado de la familia en Arequipa*. Universidad Católica San Pablo.
- Jahoda, M. (1958). *Current concepts of positive mental health*. Basic Books.
- Jung, C. (1933). *Modern man in search of a soul* (W. Dell y C. Baynes, Trans). Harcourt, Brace, & World
- Jurado, P., Benitez, Z., Mondaca, F., Rodríguez, J. y Blanco, J. (2017). Análisis de las propiedades psicométricas del Cuestionario de Bienestar Psicológico de Ryff en universitarios mexicanos. *Acta Universitaria*, 27(5), 76-82.
- Kim, K., Birditt, K., Zarit, S. y Fingerman, K. (2020). Tipología de los lazos padre-hijo dentro de las familias: Asociaciones con el bienestar psicológico. *Journal of Family Psychology*, 34(4), 448–458. <https://doi.org/10.1037/fam0000595>
- Laca, F., Carrillo, E. y Rodríguez, E. (2018, octubre). Interacción entre bienestar hedónico y bienestar eudaimónico y su relación con la atención al presente [conferencia]. *Memorias del Congreso Mexicano de Psicología octubre 2018*, Estado de Chihuahua, México. <https://www.researchgate.net/publication/335611909>
- Lara, S. (2014). Análisis Psicométrico de la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos en estudiantes universitarios de Lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 8(1), 23-31.

- Loera, N., Balcáza, P., Trejo, L., Gurrola, G. y Bonilla, M. P. (2017). Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en adolescentes preuniversitarios. *Neurología, Neurocirugía y Psiquiatría*, 41(3-4), 90-97
- López, M. y Gutiérrez, L. (2019). Cómo realizar e interpretar un análisis factorial exploratorio utilizando SPSS. *Revista de Innovación e Investigación en Educación*, 12 (2), 1-14.
- López, P. y Fachelli, S. (2016). Análisis factorial. En P. López-Roldán y S. Fachelli, *Metodología de la Investigación Social Cuantitativa*. Bellaterra (Cerdanyola del Vallès): Dipòsit Digital de Documents, Universitat Autònoma de Barcelona.
<http://ddd.uab.cat/record/142928>
- Lu, Y., Zhang, R. y Du, H. (2021). Family structure, family instability, and child psychological well-being in the context of migration: Evidence from sequence analysis in china. *Child Development*, doi:10.1111/cdev.13496
- Luna, D., Urquiza, D., Figuerola, R., Carreño, C. y Meneses, F. (2020). Predictores académicos y sociodemográficos de ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes mexicanos de medicina. Estudio transversal. *Gac Med Mex*, 156(1), 40-46.
- Lloret, S., Ferreres, A., Hernández, A. y Tomás, I. (2014). El Análisis Factorial Exploratorio de los Ítems: una guía práctica, revisada y actualizada. *Anales de Psicología*, 30(3), 1151-1169. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.3.199361>
- Marcial, N., Peña, B., Escobedo, J. y Macías, A. (2016). Elementos objetivos y subjetivos en la calidad de vida de hogares rurales en Yehualtepec, Puebla. *Estudios Sociales*, 26(48), 278-303.
- Marín, M., Quintero, P. y Rivera, S. (2019). Influencia de las relaciones familiares en la primera infancia. *Poiésis*, (36), 164-183. <https://doi.org/10.21501/16920945.3196>
- Maslow, A. (1968). *Toward a psychology of being (2nd ed.)*. Van Nostrand
- Matalinares, M., Díaz, G., Arenas, C., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J. y Yaringaño, J. (2016). Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *Revista de investigación*, 19(2), 123-143.

- Medina, M., Gutiérrez, C. y Padrós, F. (2013). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Ryff en población mexicana. *Revista de Educación y Desarrollo*, 27, 25-30.
- Meier, L. y Oros, L. (2019). Adaptación y Análisis Psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en Adolescentes Argentinos. *Psykhé (Santiago)*, 28(1), 1-16.
doi:<http://dx.doi.org/10.7764/psykhe.28.1.1169>.
- Mejía, C. y Moscoso, G. (2019). *El bienestar psicológico en estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio institucional.
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handleorg/123456789/31849?mode=full>
- Meléndez, J., Agustí, A., Reyes, M. y Satorres, E. (2018). Bienestar subjetivo y psicológico: comparación de jóvenes y adultos mayores. *Summa Psicológica UST*, 15(1), 18-24.
- Meneses, J. (2013). Aproximación histórica y conceptos de la psicometría. En J. Meneses (coord). *Psicometría* (pp.25-66). Editorial UOC
- Mohamed, L. y Herrera, L. (2014). Bienestar psicológico, autoconcepto y relación de pareja en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 6(1), 475-485.
- Montero, I. y León, O. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of clinical and Health psychology*, 7(3), 847-862.
- Morales, N., Hernández, L. y Lafuente, M. (2019). Bienestar psicológico y ansiedad rasgo-estado en miembros de parejas con infertilidad primaria. *Medimay*, 26(1), 75-87.
- Moreno, B. y Ximénez, C. (1996). Evaluación de la calidad de vida. *Manual de evaluación en psicología clínica y de la salud*, 1045-1070.
- Moreta, R., Gabior, I. y Barrera, L. (2017). EL bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. *Salud y Sociedad*, 8(2), 172-184.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439752880005>

- Moreta, R., López, C., Gordón, P., Ortiz, W. y Gaibor, I. (2018). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y social como predictores de la salud mental en ecuatorianos. *Actualidades en Psicología*, 32(124), 111-125. <https://doi.org/10.15517/ap.v32i124.31989>
- Mousavi, S. (2020). Bienestar Psicológico, Satisfacción Marital y Quemado parental en padres iraníes: El efecto de la cuarentena domiciliaria durante los brotes de COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 11. doi:10.3389/fpsyg.2020.553880
- Nastra, A. (2017). Paro y depresión. El efecto del bienestar psicológico [Tesis de grado, Universitat Jaume I]. Repositorio UJI. <http://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/174450>
- Navascués, A., Calvo, D. y Bombin, A. (2016). Efectos del bienestar subjetivo y psicológico en los resultados terapéuticos de un hospital del día. *Acción Psicológica*, 13(2), 143-156.
- Neugarten, B. (1973). Personality change in late life: A developmental perspective. In C. Eisdorfer & M. P. Lawton (Eds.), *The psychology of adult development and aging* (pp. 311-335). American Psychological Association
- Noriega, C., Velasco, C., Pérez, G., Carretero, I., Chulián, A. y López, J. (2017). Calidad de vida, bienestar psicológico y valores en personas mayores. *Revista Clínica Contemporánea*, 8, 1-13. <http://dx.doi.org/10.5093/cc2017a1>
- Obrenovic, B., Jianguo, D., Khudaykulov, A. y Khan, M. (2020). Work-family conflict impact on psychological safety and psychological well-being: A job performance model. *Frontiers in Psychology*, 11. doi:10.3389/fpsyg.2020.00475
- Organización de Naciones Unidas [ONU]. (1948, 10 de diciembre). *Declaración Universal de los derechos Humanos*. <https://www.un.org/es/universal-declaration-human-rights/>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (1948, 7 de abril). *Constitución de la Organización Mundial de la Salud*. https://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf

- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (1996). Evaluación de la Calidad de Vida, Grupo WHOQOL, 1994. ¿Por qué Calidad de vida? En Foro Mundial de la Salud, OMS, Ginebra, 1996.
- Ornelas, A. y Ruíz, A. (2017). Salud mental y calidad de vida: Su relación en los grupos etarios. *Psiencia. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 9(2), 1-16.
- Ortiz J. y Castro M. (2009), Bienestar Psicológico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y la autoeficacia. *Contribución de Ciencia y Enfermería*, 15(1), 25-31.
- Pardo, C. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico en practicantes pre profesionales de una universidad privada-Trujillo.
- Pineda, C., Castro, J. y Chaparro, R. (2018). Estudio psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos. *Pensamiento Psicológico*, 16(1), 45-55. doi:10.11144/Javerianacali.PPS16-1.epeb
- Plummer, C., Beckert, T. y Marsee, I. (2018). Well-being and substance use in emerging adulthood: The role of individual and family factors in childhood and adolescence. *Journal of Child and Family Studies*, 27(12), 3853-3865. doi:10.1007/s10826-018-1227-9
- Proctor, C. (2014). Subjective well-being. *Springer*, 6437-6441.
- Ramírez, A., Malo, A., Martínez, P., Montánchez, M., Torracchi, E. y González, F. (2020). Origen, evolución e investigaciones sobre la Calidad de vida: Revisión Sistemática. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(8), 954-959. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4543649>
- Rivera, J., Quintero, N., Veray, J. y Rosario, A. (2016). Adaptación y validación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en una muestra de adultos puertorriqueños. *Salud y Conducta Humana*, 3(1), 1-14.
- Rodríguez, A., Goñi, A. y Ruiz, S. (2006). Autoconcepto físico y estilos de vida en la adolescencia. *Intervención Psicosocial*, 15(1), 81-94.

- Rodríguez, C. (2017). *Análisis de la calidad de vida y su relación con factores sociodemográficos de cuidadores y contexto familiar en niños de 5 a 15 años con trastorno de déficit de atención e hiperactividad* [Tesis de postgrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio de tesis de grado y postgrado. <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/13278>
- Rodríguez, R., Negrón, N., Maldonado, Y., Quiñones, A. y Toledo, N. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en psicología latinoamericana*, 33(1), 31-43. doi:dx.doi.org/10.12804/apl33.01.2015.03
- Rogers, C. (1961). *On becoming a person*. Houghton Muffin.
- Rosales, N. (2018). *Bienestar psicológico y calidad de vida* [Tesis de grado, Universidad Rafael Landívar]. Archivo digital. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisircd/2018/05/22/Rosales-Nancy.pdf>
- Ross, G., Salgado, K., Fernández, M. y López, M. (2019). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Educación y Ciencia*, 8(51), 58-63.
- Rossi, J., Jiménez, J., Barros, P., Assar, R., Jaramillo, K., Herrera, L., Quevedo, Y., Botto, A., Leighton, C. y Martínez, F. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista médica de Chile*, 147(5), 579-588.
- Rugevičius, M., Kairys, A., Čepienė, R., Liniauskaitė, A., Brazdeikienė, L. y Žakaitis, P. (2020). The changes of university students academic motivation over time. *Pedagogika*, 137(1), 5-24. doi:10.15823/p.2020.137.1
- Ryan, K., Brady, J., Cooke, R., Height, D., Jonsen, A., King, P., Lebacqz, K., Lousell, D., Seldin, D., Stellar, E., y Turtie, R. (1979, 18 of april). The Belmont Report. <https://n9.cl/dcz3h>
- Ryan, R. y Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.

- Ryff, C. (1989). Beyond Ponce de Leon and Life Satisfaction: New Directions in Quest of Successful Ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35-55. doi:10.1177/016502548901200102
- Ryff, C. (2014). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychother Psychosom*, 83(1), 10-28.
- Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. doi:10.1037//0022-3514.69.4.719
- Ryff, C. y Singer, B. (2008), Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9 (1), 13-39. doi: 10.1007/s1090200690190
- Sánchez, M. y Luna, E. (2015). Hábitos de vida saludable en la población universitaria. *Nutrición Hospitalaria*, 31(5), 1910-1919.
- Sandoval, S., Dorner, A. y Véliz, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en educación médica*, 6(24), 260-266.
- San Román, X., Toffoletto, M., Oyane, J., Vargas, S. y Reynaldos, K. (2017). Factores asociados al bienestar subjetivo en los adultos mayores. *Texto Contexto Enferm*, 26(2), 1-10. <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072017005460015>
- Sapranaviciute, L., Luksiene, D., Virviciute, D., Bobak, M. y Tamosiunas, A. (2017). Link between healthy lifestyle and psychological well-being in lithuanian adults aged 45-72: A cross-sectional study. *BMJ Open*, 7(4) doi:10.1136/bmjopen-2016-014240
- Satorres, E. (2013). *Bienestar Psicológico en la vejez y su relación con la capacidad funcional y la satisfacción vital* [Tesis doctoral, Universidad de Valencia]. <https://core.ac.uk/download/pdf/71008265.pdf>
- Seligman, M. (1999). The president's address. APA.1998. Annual Report. *American Psychologist*, 54, 559-562.
- Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>

- Seligman, M. (2017). *La auténtica felicidad*. Ediciones B, S. A.
- Soria, R. (2010), Tratamiento sistémico en problemas familiares: análisis de caso. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 13(3), 87-104.
- Smith, C., Cossette, L., Beauvais, C., Smolla, N., Chicoine, J., Belhumeur, C., Pomerleau, A. y Malcuit, G. (2020). Parent-child relationship, relation to the birth culture, and psychological well-being among international adoptees in adolescence. *Psychologie Francaise*, 65(1), 21-34. doi:10.1016/j.psfr.2018.10.001
- Stiles, K., Lee, S. y Luthar, S. (2020). Cuando los padres buscan la perfección: Implicaciones para el funcionamiento psicológico entre los adolescentes en las escuelas de alto rendimiento. *Journal of Child and Family Studies*, 29(11), 3117-3128. doi:10.1007/s10826-020-01828-9
- Tarragona, M. (2016). El estudio científico del bienestar psicológico. En J. Gaxiola y J, Palomar. (Eds.), *El bienestar psicológico* (pp.1-200). Qartuppi.
- Taruchaín , L., Freire, V. y Mayorga, M. (2020). Bienestar psicológico y estrés laboral en trabajadores no profesionales de la ciudad de Ambato, aplicando el cuestionario de salud general de Goldberg GHQ-12. *Educación Superior, Ciencia y Tecnología*, 4(1.1), 32-44. doi:https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v4i1.1..1162
- Tito, V. y Galindo, L. (2019). *Adaptación y Validación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en Adolescentes de Instituciones Educativas del distrito de SJL* [Tesis de grado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <http://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/6547>
- Urquijo, S., Andres,M., Del Valle, M. y Rodríguez, R. (2015). Efecto moderador del sexo en la relación a la personalidad y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Liberabit*, 21(2), 329-340.
- Usán, P. y Salavera, C. (2019). El rendimiento escolar, la inteligencia emocional y el engagement académico en una muestra de escolares. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 17(1), 5-26.

- Valenzuela, J. (2015) Bienestar psicológico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Psicumex*, 5 (2), 4-19.
- Valickas, A., Raišiene, A. y Rapuano, V. (2019). Planned happenstance skills as personal resources for students' psychological wellbeing and academic adjustment. *Sustainability (Switzerland)*, 11(12) doi:10.3390/SU11123401
- Van Dierendonck, D. (2004) The construct validity of Ryff's Scale of Psychological well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences*, 36 (3), 629-644.
- Véliz, A. (2012). Psychometric properties and factor structure of scale of psychological well-being in Chilean university students. *Psicoperspectivas*, 11(2), 143-163. <https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol11-Issue2-fulltext-196>
- Véliz, A., Dörner, A., Soto, A. y Arrigada, A. (2018). Bienestar psicológico y burnout en profesionales de atención primaria de salud en la región de Los Lagos, Chile. *Acta universitaria*, 28(3), 56-64. doi:https://doi.org/10.15174/au.2018.1895
- Vijayalakshmi, K. y Selvarani. (2020). The effect of psychological well-being on academic achievement of arts and science college students in Virudhunagar district. *European Journal of Molecular and Clinical Medicine*, 7(2), 3531-3542.
- Wantur, A., Alsa, A. y Pulungan, W. (2020). Mediating role of psychological well-being in the relationship between self-esteem and university students's academic performance. *International Journal of Management*, 11(1), 146-157. doi:10.34218/IJM.11.1.2020.015
- Waterman, A. (1984). Identity formation: Discovery or creation? *The Journal of Early Adolescence*, 4(4), 329-341.
- Zhukovskaya, L. y Troshikhina, E. (2011). Ryff's scale of psychological well-being. *Psikhologicheskii Zhurnal*, 32(2), 82-93.

Apéndice

Apéndice 1:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado/a Estudiante Universitario

Le invitamos a participar en una breve encuesta de unos 15 – 20 minutos. Se trata de un estudio que tiene como propósito evaluar indicadores de bienestar psicológico de los estudiantes universitarios y factores psicosociales de sus familias. Usted encontrará preguntas relacionadas a la percepción que Usted tiene de su “Bienestar psicológico”, relacionadas con la auto aceptación, relaciones positivas, dominio del entorno, propósitos en la vida y crecimiento personal. Y sobre aspectos sociodemográficos, composición y dinámica familiar, así como factores de riesgo para alguno de los miembros de su grupo familiar en caso de existir.

CONFIDENCIALIDAD:

Quizá encuentre algunas preguntas muy personales, pero sus respuestas serán SECRETAS, ANÓNIMAS, y NUNCA podrán vincularse con sus nombres y/o apellidos u otra forma de identificación personal. Su participación es totalmente voluntaria, en caso de elegir participar, por favor responda honestamente a las preguntas.

Derecho a retirarse del estudio:

Si en algún momento no desea continuar su participación, puede retirarse de la encuesta sin penalización cuando considere. Usted también podrá contestar aquellas preguntas que considere pertinente u omitir algunas respuestas y pasar a otra/s pregunta.

Más información:

Para preguntas, inquietudes o sugerencias comuníquese con las profesoras: Silvia Vaca (slvaca@utpl.edu.ec) o Elizabeth Matute (mematute@utpl.edu.ec)

Participe

Si desea participar en este estudio, haga clic en el botón que dice "Acepto participar". Luego se le indicará que complete la encuesta. De lo contrario, cierre la ventana del navegador.

Si usted desea leer el documento de información para participantes y consentimiento informado extenso puede dar **clic aquí**.