



Pontificia Universidad  
Católica del Ecuador

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

**Tema:**

CRITERIOS CONFIABILIDAD Y VALIDEZ DE LA ESCALA DE BIENESTAR  
PSICOLÓGICO DE RYFF EN LA ZONA DE PLANIFICACIÓN 3 DEL ECUADOR.

Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Psicólogo Clínico

**Línea de investigación:**

Desarrollo humano y salud mental

**AUTOR:**

ERICK SANTIAGO GUACHO GUADO

**DIRECTOR:**

MARÍA ISABEL RAMOS NOBOA, Psc. Cl. Ms.

AMBATO - ECUADOR

Julio 2018

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR  
SEDE AMBATO

HOJA DE APROBACIÓN

Tema:

CRITERIOS DE CONFIABILIDAD Y VALIDEZ DE LA ESCALA DE  
BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF EN LA ZONA DE PLANIFICACIÓN 3  
DEL ECUADOR.

Línea de Investigación:

Desarrollo Humano y Salud Mental

Autor:

ERICK SANTIAGO GUACHO GUADO



BIBLIOTECA

María Isabel Ramos Noboa, Psc. Cl. Ms.  
CALIFICADORA

F.

Mario Santiago Poveda Ríos, Psc. Cl. Mg.  
CALIFICADOR

F.

Wendy Tamara Naranjo Hidalgo, Psc. Cl. Mg.  
CALIFICADORA

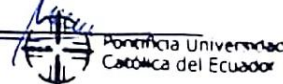
F.

Ana del Rocío Martínez Yacela, Dra. Mg  
DIRECTORA DE LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA

F.

Hugo Rogelio Altamirano Villarroel, Dr.  
SECRETARIA GENERAL PUCE AMBATO

F.



SECRETARIA GENERAL  
PROCURADURIA

Ambato – Ecuador

Julio 2018

## DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo: **ERICK SANTIAGO GUACHO GUADO**, con CC. 0604180828-8, autor del trabajo de graduación intitulado: "CRITERIOS DE CONFIABILIDAD Y VALIDEZ DE LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF EN LA ZONA DE PLANIFICACIÓN 3 DEL ECUADOR", previa a la obtención del título profesional de **PSICÓLOGO CLÍNICO**, en la escuela de **PSICOLOGÍA**.

- 1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
- 2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad

Ambato, julio 2018



**ERICK SANTIAGO GUACHO GUADO**

**CC. 060418082-8**



BIBLIOTECA

## **AGRADECIMIENTOS**

En primer lugar agradezco a todas las personas que me acompañaron en cada paso que tuve que dar y me brindaron su apoyo para lograr cada uno de mis objetivos. Agradezco por toda la paciencia tanto hacia mis familiares, compañeros, amigos que siempre me brindaron una mano amiga cuando lo necesitaba.

A mis docentes que con sus diferentes métodos de aprendizaje sembraron en mi la curiosidad y el afán de aprender cada día más, provocando mi amor hacia la psicología y encontrar finalmente mi vocación.

## **DEDICATORIA**

Este trabajo va en agradecimiento a mi familia y en especial a mis padres que con sus enseñanzas y consejos lograron crear la persona que soy.

Mis padres Laura y Edmundo que siempre me brindaron el apoyo y amor incondicional además de levantarme cuando he tropezado e indicarme el camino correcto sin dejarme ni un segundo solo.

Mis hermanos Yessenia y Said que con su sentido del humor y apoyo me acompañaron día tras día y que a pesar de la distancia siempre sentía su presencia.

A Diana la persona que siempre me ha acompañado y que a pesar de las circunstancias siempre he sentido su apoyo incluso dejando de lado sus intereses por cumplir los míos.

## RESUMEN

La investigación tiene como objetivo identificar los criterios de confiabilidad y validez de la escala de bienestar psicológico de Ryff en la población de la Zona 3 del Ecuador. Se realizó un estudio de carácter descriptivo, instrumental con una muestra de 621 personas comprendidas entre 18 y 65 años de edad en las provincias de Chimborazo, Tungurahua, Pastaza y Cotopaxi. Para medir la fiabilidad se implementó alfa de Cronbach en la que se obtuvo .910 valor que difiere del modelo presentado por Rodríguez-Carvajal, y otros (2010). No se tomaron en cuenta los ítems 10, 15, 34 por presentar una baja relación con cada sub-escala además de afectar la fiabilidad. Se realizó un análisis factorial exploratorio por el método de extracción máxima verosimilitud. Conjuntamente se implementó el índice KMO (Káiser-Meye-Olkin) y prueba de esfericidad de Bartlett. Obteniendo valores de 0.949 y 955,854 respectivamente, con una significancia de .000. Por lo que se determina un modelo ideal de dos factores para la población en mención. Concerniente a la validez convergente y divergente se determina que el instrumento es el adecuado, ya que se discrimina la una de la otra.

**Palabras Claves:** bienestar, bienestar psicológico, adultos, fiabilidad y validez.

## ABSTRACT

The aim of this study is to identify the validity and reliability criteria of Ryff's Psychological Well-Being Scale within the population in Zone 3 of Ecuador. A descriptive and instrumental study was carried out with a sample of 621 people aged 18-65 from the provinces of Chimborazo, Tungurahua, Pastaza and Cotopaxi. The Cronbach Alpha was implemented to measure reliability, in which a .910 value was obtained. This differs from the model presented by Rodriguez-Carvajal et. al. (2010). Items 10, 15 and 34 were not taken into consideration since they have a low relationship with each sub-scale, and they also affect reliability. An exploratory, factorial analysis was conducted with the maximum-likelihood extraction approach. The KMO (Káiser-Meye-Olkin) Index was implemented alongside Bartlett's Sphericity Test. Values of 0.949 and 955.854 were obtained respectively, with a significance of .001. Therefore an ideal two-factor model is determined for the aforementioned population. Regarding the convergent and divergent validity, it is determined that the tool is adequate, given that they discriminate each other.

**Key words:** well-being, psychological well-being, adults, reliability and validity

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

### PRELIMINARES

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN .....	iii
AGRADECIMIENTOS.....	iv
DEDICATORIA.....	v
RESUMEN.....	vi
ABSTRACT .....	vii
INDICE DE CONTENIDOS.....	viii
INDICE DE GRAFICOS .....	xi
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I.....	3
1.1. Antecedentes.....	3
1.2. Problema.....	4
1.2.1. Descripción del problema.....	4
1.2.2. Preguntas básicas .....	5
1.3. Justificación.....	6
1.4. Objetivos.....	7
1.4.1. Objetivo General.....	7
1.4.2. Objetivos Específicos .....	7
CAPÍTULO II.....	8
MARCO TEÓRICO .....	8
2.1. BIENESTAR PSICOLÓGICO.....	8
2.1.1.1. Tradición hedónica .....	8
2.1.1.2. Tradición eudaimónica .....	9

2.1.2. Características de la tradición hedónica y eudaimónica.....	10
2.1.3. Felicidad .....	10
2.1.3.1. Felicidad en el bienestar psicológico.....	10
2.1.3.2. Felicidad en el bienestar psicológico.....	11
2.1.4. Terminología relacionada con bienestar psicológico .....	14
2.1.4.1. Bienestar Subjetivo.....	14
2.1.4.2. Calidad de vida .....	15
2.1.4.3. Diferencias entre Bienestar Psicológico y Bienestar Subjetivo.....	16
2.1.5. Construcción del Bienestar Psicológico .....	17
2.1.5.1. Bienestar psicológico en la adolescencia tardía .....	18
2.1.5.2. Características principales del adolescente.....	19
2.1.6. Bienestar psicológico en la adultez .....	19
2.1.6.1. Características principales del adulto .....	20
2.2. Tipo Medición psicológica .....	23
2.2.1. Medición.....	23
2.3. Instrumentos de medición psicológica .....	23
2.3.1. Diagnóstico psicológico .....	24
2.4. Requisitos de un instrumento de medición.....	24
2.4.1. Confiabilidad .....	24
2.4.1.1. Tipos de procedimientos.....	25
2.4.2. Validez.....	29
CAPÍTULO III .....	31
METODOLOGÍA.....	31
3.1. Metodología de la investigación.....	31
3.1.1. Métodos Aplicados.....	31

3.1.2. Técnicas e instrumentos de recolección de información .....	33
3.1.3. Población y Muestra .....	37
3.1.3.1. Población .....	37
3.1.3.2. Muestra y Muestreo .....	37
3.1.4. Procedimiento metodológico .....	39
CAPÍTULO IV .....	40
RESULTADOS .....	40
4.1. Análisis general de la información de la muestra.....	40
4.1.1. Análisis de resultados .....	41
4.1.1.1. Análisis sociodemográfico .....	41
4.2. Análisis de las propiedades psicométricas.....	44
4.2.1. Análisis de fiabilidad .....	44
4.2.1.1. Confiabilidad general de la batería psicológica.....	45
4.2.2. Análisis de consistencia interna de la batería psicológica.....	46
4.2.2.1. Análisis de consistencia interna de los componentes de la batería psicológica	46
4.3 Validez.....	48
4.4. Análisis factorial exploratorio .....	49
4.5. Modelo tentativo para la Zona 3 del Ecuador.....	52
4.5.1. Confiabilidad del modelo .....	55
4.6. Evaluación del BP en adultos .....	55
DISCUSIÓN.....	57
CONCLUSIONES.....	59
RECOMENDACIONES .....	61
ANEXOS .....	62
BIBLIOGRAFIA .....	65

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

### TABLAS

<b>Tabla 2.1</b> Tradición hedónica y eudaimónica.....	10
<b>Tabla 2.2</b> Resumen de definiciones según corrientes psicológicas .....	13
<b>Tabla 3.1</b> Distribución de la población por provincias.....	38
<b>Tabla 4.1</b> Análisis estadístico sociodemográfico.....	41
<b>Tabla 4.2</b> Edad de los participantes de la investigación .....	43
<b>Tabla 4.3</b> Análisis estadístico de la batería psicológica .....	45
<b>Tabla 4.4</b> Análisis de confiabilidad de la batería psicológica .....	45
<b>Tabla 4.5</b> Análisis de consistencia interna de la batería psicológica.....	46
<b>Tabla 4.6</b> Análisis de validez convergente y divergente .....	48
<b>Tabla 4.7</b> Matriz de estructura de la escala de bienestar psicológico, saturación a dos factores.....	49
<b>Tabla 4.8</b> Dimensiones de bienestar psicológico de Ryff después del análisis exploratorio.....	52
<b>Tabla 4.9</b> Confiabilidad entre modelo presentado y seis dimensiones de Rodríguez-Carvajal, y otros (2010).....	55
<b>Tabla 4.10</b> Calificación obtenida de la muestra .....	56

## INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico es definido ampliamente como la felicidad, salud mental, calidad de vida ideal del individuo así como la apreciación de sí mismos. Vázquez (2009) menciona “La percepción de las personas sanas, marcada por un sentimiento positivo de uno mismo, un sentimiento de control personal y una visión optimista del futuro, son una reserva y motor para afrontar las dificultades diarias” (p. 17). Se enfoca además en las diferentes dimensiones del ser humano social, subjetivo y psicológico. Dependiendo del éxito en cada una de estas para que el BP sea elevado. Al iniciar con el estudio del bienestar en el ser humano por Rangel y Alonso (2010) lo clasifica en “Una tradición de tendencia hedónica referida al bienestar subjetivo y otra de tendencia eudemónica referida al bienestar psicológico” (p. 266). Para Oramas & Santana (2007) refiriéndose sobre el bienestar psicológico “El ser humano busca la satisfacción de sus necesidades como todo ser vivo; sin embargo, la conciencia de sentirse feliz es algo específico de la especie humana” (p. 36). En la actualidad el bienestar se correlaciona a la necesidad de competencia postulado según Irrazabal (2015) como “Una necesidad psicológica que proporciona una fuente de motivación relacionada con la búsqueda y su superación de desafíos óptimos” (p. 81). Es decir, una persona que se cree capaz de competir podrá desenvolverse en su entorno o etapa de desarrollo.

No obstante el BP varía según la población, cultura y circunstancia en la que se encuentre. En consecuencia se implementó la escala de bienestar psicológico de Ryff en una muestra de la Zona 3 en la que constan las provincias de Chimborazo, Tungurahua, Pastaza y Cotopaxi para verificar por medio de análisis estadístico de la batería psicológica encontrar los criterios de confiabilidad y validez de la escala de bienestar psicológico de Ryff.

La estructura de la investigación consta de cinco capítulos, cuyos contenidos se describen a continuación:

En el primer capítulo se encuentra el planteamiento, se identifica el problema, la justificación para la realización de la investigación y los objetivos que se desean desarrollar.

En el segundo capítulo se encuentra el desarrollo del marco teórico. En primer lugar se despliega bienestar psicológico, sus antecedentes históricos, conceptualización, construcción, características y componentes. En segundo lugar se presenta el desarrollo sobre la medición psicológica, instrumentos, tipos, procedimiento y métodos de recolección.

En el tercer capítulo, se constituye por los lineamientos metodológicos en los que se basa la investigación, métodos aplicados, técnicas que se implementaron para la recolección de información.

El cuarto capítulo se realiza el análisis e interpretación de los resultados obtenidos después de la depuración de información de los instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, Escala de Malestar Psicológico de Kessler y Escala de Bienestar Psicológico para Adultos.

Finalmente se desarrollan las conclusiones y recomendaciones obtenidas a partir de los resultados obtenidos de la investigación, además el material de referencias y anexos.

# CAPÍTULO I

## 1.1. Antecedentes

Este proyecto de investigación es un trabajo descriptivo, cuantitativo y de carácter instrumental, donde se realizó el análisis de los criterios validez y confiabilidad de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en la Zona de Planificación 3 del Ecuador. Finalizando con la obtención de un instrumento adaptado para la población en mención que posea fiabilidad y validez.

Existen investigaciones sobre el Bienestar Psicológico, Díaz & Fernández (2002) realizan una investigación de confiabilidad y validez de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff sobre una población de 467 personas españolas en edades comprendidas entre 18 y 72 años. Las escalas mostraron una buena consistencia interna con valores de alfa de Cronbach comprendidos entre 0.83 (autoaceptación) y 0.68 (crecimiento personal). Sin embargo, se encontró un nivel insatisfactorio al modelo teórico propuesto de seis dimensiones (autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, crecimiento personal) y un factor de segundo orden denominado Bienestar Psicológico. Se propone una versión reducida que además facilitará su aplicación.

No obstante otro estudio realizado por Burgos (2012) sobre las propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico y su estructura en universitarios chileno. Se aplica la escala a una muestra de 691 universitarios. Se concluye que el modelo tendría un ajuste adecuado, lo que permitiría su uso en la población universitaria chilena.

Finalmente el estudio realizado por Vera -Villaroel & Urzúa, sobre 1646 chilenos entre 18 y 90 años, comparan los datos estadísticos de la versión original de la autora con los distintos grupos de edad adulta, en las cuales describe diferencias en los indicadores de confiabilidad para la escala total y las dimensiones, así como en los indicadores de bondad de ajuste dependiendo del grupo de edad. El modelo que presenta mejores indicadores de ajuste en la mayoría de los rangos etarios evaluados fue el de seis factores de primer orden.

En conclusión en la actualidad existen diversos estudios de las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en los que como se evidencia diversos resultados que aportan a la investigación.

## **1.2. Problema**

### **1.2.1. Descripción del problema**

En el Ecuador específicamente en la Zona de Planificación 3 (ZP3) comprendida por Chimborazo, Tungurahua, Cotopaxi y Pastaza se observa la necesidad de evaluar el bienestar psicológico, por la falta de reactivos adaptados a esta población. El bienestar según Ballesteros (2006) puede ser “considerado como felicidad, calidad de vida y salud mental, y desde otros puntos de vista como el psicoanálisis el bienestar no es aceptado” (p. 13). Es decir, el ser humano no se encuentra completo siempre tiende a desear. Por lo tanto dependerá como se satisfaga estas necesidades para una sensación de plenitud. De esta manera se encuentra la necesidad de conocer cuáles son los criterios del bienestar psicológico para la población ecuatoriana.

El bienestar psicológico (BP) para Díaz & Fernández, (2002) “está focalizada en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal refiriéndose a la tradición eudaimónica” diferenciándola de la tradición hedónica que es el “balance entre afectos positivos y negativos, concebidas como los principales indicadores de funcionamiento psicológico positivo” (p. 76). De esta manera el BP se fundamenta en los afectos positivos y la capacidad del ser humano para sobresalir de problemas caracterizado por la psicología positiva, según Contreras & Esguerra (2006) “es el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos” (p.313).

De esta manera la medición del BP es importante en cada grupo de población. Por lo que se requiere realizar un proceso confirmatorio de la validez y confiabilidad de las puntuaciones del Cuestionario de BP de Ryff, a través de un estudio descriptivo, cuantitativo y de carácter instrumental de corte transversal en una representación de muestra de población general de la ZP3. Por tanto el análisis estadístico que se realizó sobre la aplicación del test a esta población, arrojó datos confiables para una futura adaptación.

### **1.2.2. Preguntas básicas**

- **¿Cómo aparece el problema que se pretende solucionar?** Se evidencia la necesidad de la aplicación de un reactivo referente al bienestar psicológico adaptado a la población ecuatoriana.
- **¿Por qué se origina?** El problema se origina debido a la falta de la aplicación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff dentro de la población establecida.

### **1.3. Justificación**

La presente investigación tiene como objetivo identificar los criterios de confiabilidad y validez de la escala de bienestar psicológico de Ryff en la Zona de Planificación 3 del Ecuador, existen instrumentos similares que se encargan de la medición del bienestar psicológico, sin embargo a la falta de instrumentos que evalúen el estado del BP adaptado a la cultura, nace el interés de la adaptación de la escala de bienestar psicológico de Ryff.

Al investigar los criterios de confiabilidad y validez de la escala de bienestar psicológico de Ryff se determinan las propiedades psicométricas garantizando que la escala sea adaptable y aplicable a la Zona 3 del Ecuador, comprendidas por las provincias de Tungurahua, Chimborazo, Cotopaxi y Pastaza siendo estos los principales beneficiarios de esta investigación. Este trabajo pretende la aplicación de la escala con datos estadísticos confiables para la aplicación hacia adultos comprendidos entre los 18 a 65 años de edad.

De esta manera se fomenta la investigación y el desarrollo de la adaptación herramientas internacionales para la población ecuatoriana. La presente investigación es relevante debido a que no existen investigaciones similares en la población mencionada, además de ser un aporte para el campo psicológico del Ecuador.

## **1.4. Objetivos**

### **1.4.1. Objetivo General**

- Identificar los criterios de fiabilidad y validez de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en la Zona de Planificación 3 del Ecuador.

### **1.4.2. Objetivos Específicos**

- Fundamentar los aspectos teóricos relacionados con el bienestar psicológico en adolescentes y adultos.
- Evaluar las condiciones actuales del bienestar psicológico en adolescentes y adultos.
- Elaborar un análisis estadístico instrumental de la fiabilidad y validez de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff.
- Extraer conclusiones y limitaciones de la presente investigación a más de las recomendaciones para presentes investigaciones.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. BIENESTAR PSICOLÓGICO**

##### **2.1.1. Antecedentes Históricos**

La preocupación por el bienestar del ser humano a niveles psicológicos, físicos y emocionales ha llevado a que se dediquen varios estudios referentes al tema. Inicialmente el bienestar parte según Muratori, Zubieta, Ubillos, & Gonzáles (2015) “han distinguido a dos grandes tradiciones: una relacionada con la felicidad (tradición hedónica) y otra vinculada al desarrollo potencial de la persona (tradición eudemónica)” (p. 1). Refiriéndose a la primera como el bienestar subjetivo y la segunda como el bienestar psicológico.

##### **2.1.1.1. Tradición hedónica**

Rangel & Alonso (2010) clasifican a los componentes hedónicos como “la satisfacción vital y la afectividad positiva en el momento presente” (p. 265). Percepciones que son propias de cada individuo que dependen del estilo de vida. Después Gallardo & Moyano-Díaz (2011) mencionan que esta tradición es la principal representante del bienestar subjetivo. Desde este punto de vista “el bienestar se asocia con nociones como la felicidad y el placer” Barrantes & Ureña (2015, p. 102). Es una condición pasiva y al ser denominado como el representante del bienestar subjetivo según Godoy & Martínez (2008) es el

“balance afectivo, que se obtiene restando la frecuencia de emociones positivas y la frecuencia de emociones negativas, y la satisfacción vital percibida” (p. 160). Es decir, que se debe mantener un equilibrio y un balance sobre las emociones, la vivencia de la realidad y percepción. Se encuentra formado por dos componentes diferentes uno cognitivo y otro afectivo. Godoy & Martínez (2008) exclaman sobre estos componentes:

- El componente cognitivo se podría enmarcar la satisfacción vital o de forma más concreta la satisfacción personal en diferentes esferas concretas de la vida a partir de los juicios que hace la persona sobre su vida y sus condiciones.
- En el componente emocional se encontraría el balance afectivo, referido a la experimentación de emociones positivas y negativas.

#### **2.1.1.2.Tradición eudaimónica**

La tradición eudaimónica para Fernández, González, & Pérez (2013) “Se relaciona con el constructo de bienestar psicológico, cuyo objetivo de vida en este caso la consecución del desarrollo del potencial humano” (p. 71). Se trata de un punto de vista positivo donde “centra su atención en el desarrollo humano y en la percepción que tienen las personas con relación a diversos aspectos de su funcionamiento” Barretas & Ureña (2015, p.103). En otras palabras, que es lo que las personas piensan y sienten acerca de sus vidas.

González & Núñez (2011) sobre el bienestar psicológico exclaman “se muestra como un concepto multifacético y dinámico que incluye elementos subjetivos, sociales y psicológicos, además de comportamientos saludables” (p.224). Es un

proceso activo derivado de la búsqueda y el logro de las metas personales. “Cada persona debe establecer sus metas personales preferiblemente con arreglo a ciertos criterios” Hervás, Gómez, Vázquez, & Rahona, (2009, p. 18). Estas metas deben que tener un valor intrínseco además de ser coherentes. A continuación se presentan las principales características de las dos tradiciones.

### 2.1.2. Características de la tradición hedónica y eudaimónica

*Tabla 2.1 Tradición hedónica y eudaimónica*

	<b>Bienestar hedónico</b>	<b>Bienestar Eudaimónico</b>
<b>Autores representativos</b>	Epicuro, Hobbes, Sade, Bentham, Bradbum, Tennen, Watson	Aristóteles, Frankl, Ryff, Deci, Seligman
<b>Conceptos básicos</b>	Placer positivo/negativo, afectivo, emociones, neto, satisfacción vital	afecto, balance metas y fortalezas psicológicas, autorrealización, crecimiento psicológico, y necesidades, fortalezas psicológicas
<b>Instrumentos</b>	Satisfaction with life Scale; ositive and negative affect schedule	Psychological well-being scale Values in action inventory of strenghts

**Fuente:** (Hervás, Gómez, Vázquez, & Rahona, 2009)

Cada tradición presenta la importancia para la construcción de cada bienestar, ya sea hedónico o eudaimónico. De manera que esto hace que se encuentre como punto de partida a la felicidad

### 2.1.3. Felicidad

#### 2.1.3.1. Felicidad en el bienestar psicológico

Para definir la felicidad Muratori, Zubieta, Ubilllos, & Gonzáles (2015) mencionan que “cada corriente lo realiza de manera diferente, los eudemonistas entienden a la felicidad

como un estado de plenitud y armonía psicológica que supone el desarrollo de las virtudes” (p. 2). De esta manera la felicidad abarcaría varios campos, es evaluado de maneras diversas. como por ejemplo, realizar un examen de evaluación total de su vida, objetivos y un examen interno de sus capacidades y logros que “se alcanzaría en mayor grado cuando la valoración personal apunta al logro del potencial individual mediante una serie de atributos psicológicos” Muratori, Zubieta, Ubillos, & Gonzáles (2015, p.3).

### **2.1.3.2.Felicidad en el bienestar psicológico**

La felicidad dentro del bienestar subjetivo según Muratori, Zubieta, Ubillos, & Gonzáles (2015) se basa “al tipo de valoración que se realiza de una parte de la vida o de toda la vida, de forma estable o pasajera. Así se diferencian la felicidad hedónica, satisfacción con un ámbito, experiencia cumbre o felicidad global” (p. 5). Es decir, que la felicidad depende la manera de la percepción de la realidad a la que el ser humano se encuentra inmerso por lo que se puede considerar a la felicidad como un estado o un rasgo.

Ello implicaría dos perspectivas o modos de abordar el tema. Uno, sería considerar la felicidad como un estado general que se consigue a través de estados parciales o situaciones de felicidad y el otro, sería considerarla como un sentimiento general que hace leer positivamente las diferencias situaciones o avatares de la vida. (Cuadra & Florenzano, 2003, p, 86)

Por tanto la valoración que se obtiene sobre sí mismo dependerá la percepción de la felicidad.

### **2.1.4. Definición del término bienestar psicológico**

La definición de bienestar psicológico es muy ampliase mencionará algunos definiciones por las que se empezará con “es el resultado de la percepción sobre logros

alcanzados en la vida y el grado de satisfacción personal con lo que se ha hecho, se está haciendo o puede hacerse” (Martín, 2016, p, 16). De esta manera el BP es esencial para medir la introspección del individuo y satisfacción de su vida.

Ryff se refiere al bienestar psicológico como “el esfuerzo para desarrollar las propias capacidades y potencialidades, para que de este modo la vida alcance su propio significado, para lograr con esfuerzo y superación metas valiosas, a pesar de las adversidades de la vida” (Ryff, 1995).

Molina y Meléndez (2006) definen al bienestar psicológico como el resultado que se produce entre realidades conseguidas, aspiraciones, posibilidades, expectativas interpretándolas en la idea de gozo y satisfacción y destrezas de afrontamiento con el objetivo de conseguir adecuación.

Carrasco, Brustad, & García (2007) afirman que el bienestar psicológico es visto como un constructo multidimensional cuyos ejes y dimensiones abarcan formas tanto individuales como sociales respecto al sujeto, manera de estar en el mundo, la valoración que hace y el significado que otorga a su realidad.

A continuación se detallada varias conceptualizaciones para tener una mejor perspectiva de los diferentes significados que cada escuela, enfoque o corriente tiene sobre el BP, se detalla a continuación en la tabla 2.

#### **2.1.4.1. Definición Bienestar psicológico según diferentes corrientes psicológicas**

**Tabla 2.2 Resumen de definiciones según corrientes psicológicas**

<b>Escuela, enfoque, corriente</b>	<b>Autor</b>	<b>Definición</b>
<b>Psicología positiva</b>	Bradburn, Keyes	Bienestar psicológico se encuentra relacionado con felicidad, calidad de vida y salud mental, así como con distintas variables personales y contextuales asociadas. Además se utiliza el término bienestar como punto neutro para evitar discusiones respecto a su naturaleza, especialmente relacionadas con la religión, la ética y la política.
<b>Escuela Sistémica</b>	Myers, Diener Lucas & Smith	Como la evaluación que las personas hacen de sus vidas, e incluye una dimensión cognitiva (referida a la satisfacción con la vida en su totalidad o la satisfacción por áreas específicas como matrimonial, laboral) y otra afectiva (relacionada con la frecuencia e intensidad de las emociones positivas y negativas), cuya interacción abarca un amplio espectro de vivencias.
<b>Psicología Analítica</b>	Jung, Adler	Existe un conflicto inherente a la vida humana, Adler también se refiere al bienestar, el cual implica afrontar los problemas de la vida, sin eludirlos y sin esconderse en el funcionamiento infantil.
<b>Perspectiva Cognitiva</b>	García-Viniegras & Regina	El bienestar psicológico se produce en relación con un juicio cognitivo acerca de los logros pero a su vez influye en la conducta dirigida al logro de metas y propósitos. La persona con altos niveles de bienestar suele trazarse metas alcanzables de lo cual deriva a la vez, satisfacción y bienestar.
<b>Perspectiva Conductual</b>	Levi	Define al bienestar como un estado dinámico de la mente que se caracteriza por un grado razonable de armonía entre las facultades, las necesidades y las expectativas del trabajador y las exigencias y oportunidades del medio ambiente.

**Fuente:** Ballesteros (2006)

Como se puede analizar el bienestar psicológico varía según la percepción de cada corriente o escuela dentro de la psicología. Además demuestra la preocupación por el bienestar de los individuos y clarificar las definiciones del constructo. Asimismo al

evidenciar cada una de las definiciones se puede concluir que el bienestar psicológico es la introspección o examen interno que el individuo realiza de las condiciones de vida, felicidad o equilibrio mental. Cada una desarrolla el BP según su enfoque teórico pero el objetivo es el mismo.

Sin embargo es importante analizar diversos aspectos calidad de vida, bienestar subjetivo para establecer diferencias cada término.

#### **2.1.4. Terminología relacionada con bienestar psicológico**

La calidad de vida, bienestar psicológico y bienestar subjetivo pueden llegar a confundirse debido a la semejanza en lo teórico como su objetivo. Sin embargo la terminología planteada posee una construcción y percepción diferente. El término de BP o bienestar eudaimónico es un constructo que expresa el sentir positivo y potencial del ser humano. García-Viniegras & González (2000) define por su naturaleza subjetiva y vivencial que se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico psíquico y social. De cierta manera el BP se mide por la satisfacción de sí mismo en las diversas áreas en las que se desenvuelve, convirtiéndose en una evaluación o introspección de sí mismo.

##### **2.1.4.1. Bienestar Subjetivo**

El bienestar subjetivo para García-Alandete (2014) se asocia a la felicidad desde una perspectiva hedónica pero también se une al desarrollo de las capacidades humanas. Continúa que en cualquiera de los casos, el bienestar psicológico se corresponde con un juicio introspectivo, global y relativamente estable de satisfacción con la vida y la moral

de las personas. En general, el bienestar subjetivo se puede definir como la satisfacción de la persona en los diferentes aspectos de su vida, en un nivel cognitivo y emocional.

De manera que el bienestar subjetivo se encarga de la satisfacción hedónica tanto a nivel cognitivo como emocional del ser humano, la calidad de vida se expresa por la satisfacción del ambiente que experimenta el individuo. Finalizando el BP engloba estas dos conceptualizaciones evaluando la valoración que el individuo realiza tanto a nivel subjetivo como objetivo.

#### **2.1.4.2. Calidad de vida**

La calidad de vida presenta diversas conceptualizaciones para lo que Ardila (2003) realiza una definición integradora con todos los aspectos más importantes:

Calidad de vida es un estado de satisfacción general, derivado de la realización de las potencialidades de la persona. Posee aspectos subjetivos y aspectos objetivos. Es una sensación subjetiva de bienestar físico, psicológico y social. Incluye como aspectos subjetivos la intimidad, la expresión emocional, la seguridad percibida, la productividad personal y la salud objetiva. Como aspectos objetivos el bienestar material, las relaciones armónicas con el ambiente físico y social y con la comunidad, y la salud objetivamente percibida (p. 163).

Dentro de la calidad de vida se realiza una evaluación del individuo tanto su funcionalidad como subjetividad, sin embargo no se toman en cuenta aspectos cognitivos y emocionales como el bienestar psicológico y subjetivo.

La calidad de vida al igual que en los otros dos términos no existe una definición clara. Por lo que Ardila (2003) manifiesta que “es una propiedad que tiene el individuo para

experimentar situaciones y condiciones de su ambiente dependiendo de las interpretaciones y valoraciones que hace de los aspectos objetivos de su entorno” (p. 162).

Al finalizar se puede mencionar que calidad de vida, bienestar subjetivo y bienestar psicológico son terminologías diferentes. La calidad de vida se enfoca en la plenitud de su entorno. El bienestar subjetivo la satisfacción de su vida en sus diversos aspectos mientras que el bienestar psicológico son los aprendizajes que el ser humano tiene para poder satisfacer y desenvolvimiento, manejándose desde un nivel cognitivo y emocional.

#### **2.1.4.3. Diferencias entre Bienestar Psicológico y Bienestar Subjetivo**

El bienestar subjetivo y BP mantienen una relación estrecha, sin embargo cabe recalcar que el desarrollo de cada uno es diferente al igual de la manera de evaluarlo.

Para Barrantes & Ureña, (2015) el bienestar subjetivo se asocia con nociones como la felicidad y el placer, se refiere a lo que las personas piensan y sienten acerca de sus vidas y a las conclusiones cognoscitivas y afectivas que alcanzan cuando evalúan su existencia. Entonces se puede mencionar que el bienestar psicológico se basa en la percepción del desarrollo del ser humano en cada una de sus etapas mientras que el bienestar subjetivo se basa en una satisfacción sobre las necesidades.

Conviene esclarecer que cada uno de los términos mantiene significados diferentes, como se pudo especificar de manera detallada en cada uno de los apartados; evidenciándose que el BP engloba al bienestar subjetivo.

De la misma forma al hablar de calidad de vida se realiza una valoración del individuo en los aspectos materiales y subjetivos. Evaluándolos por el cumplimiento de metas y funcionamiento, aspectos que engloban al BP. De esta manera el BP se encarga de la evaluación de todos los aspectos mencionados involucrando aspectos emocionales y cognitivos, un constructo amplio, que abarca todos los aspectos más relevantes del individuo.

### **2.1.5. Construcción del Bienestar Psicológico**

El BP varía en cada persona, de forma que es importante conocer la perspectiva para un adolescente y un adulto. “Se ha demostrado que las experiencias asociadas con bienestar tienen un impacto favorable en la salud general, en particular indicadores fisiológicos y funcionales” (Barrantes & Ureña, 2015, p. 102). De forma que, al mantener un bienestar psicológico adecuado y equilibrado influenciará en la manera de desenvolverse en el medio. Convirtiéndose en personas capaces de avanzar y crear herramientas para vencer problemas.

Así el BP esta determinado por factores socio-culturales, constituyéndose por la relación entre lo biológico, social y psicológico. Guitart (2010) en su investigación realizada sobre los principios de la psicología histórico cultural, plantea dos principios que fundamentan el bienestar:

- Principio de la interrelación dialéctica entre lo biológico, lo social y lo psicológico
- Principio de la naturaleza histórico-social de la psiquis.

A partir de estos dos principios se establecen determinantes del bienestar, salud, factores económicos, religión, estado marital, edad, género, condiciones de trabajo, educación

incluyéndose también apoyo social y familiar, las influencias culturales y la personalidad. La interrelación de estos factores sociales, psicológicos y biológicos y su equilibrio provocaran un bienestar adecuado para el individuo. De manera que el BP es considerado diferente tanto para adolescentes y adultos.

Las diferentes etapas de transición del ser humano tienen consecuencia en el desarrollo social, interpersonal y psicológico. Zubieta & Delfino (2010) manifiesta que “la perspectiva psicológica, social de la salud y el bienestar conciben a los procesos de salud/enfermedad dependiendo de las transacciones entre el individuo y su medio” (p. 278). Entonces el bienestar será influenciado por las necesidades del individuo en aspectos personales, sociales además de esto dependerá el bienestar o malestar de la persona. En sí se trata de una interacción del medio, desenvolvimiento en el mismo y lo que este brinda para que el individuo pueda satisfacer sus necesidades.

#### **2.1.5.1. Bienestar psicológico en la adolescencia tardía**

La adolescencia considerada como una etapa de varios cambios puede generar estrés y ansiedad. González, Montoya, & Casullo, (2002) plantean que “las exigencias psicosociales derivadas de este proceso evolutivo pueden repercutir en el desarrollo psicológico, influyendo en la confianza en sí mismo, la timidez, la ansiedad, el sentimiento de eficacia, la autoestima o el desarrollo de las estrategias de afrontamiento” (p. 363). Entonces cuando el individuo se encuentra dentro de esta etapa su equilibrio mental y BP estarán en juego al encontrarse en una transición. La transición obedece a un cambio un paso de una etapa de desarrollo a otra diferente. “Las transiciones suponen un cambio en el modo de ver nuestra vida. Comportan cambios de carácter psicológico (variaciones emotivas, redefinición del autoconcepto, distinto nivel

de autonomía) o sociológico (cambio de status, nuevas relaciones interpersonales,...)” (Corominas, 1998, p, 156).

### **2.1.5.2. Características principales del adolescente**

Es importante conocer las principales características del adolescente para conocer tanto sus cambios físicos, emocionales, cognoscitivos y psicológicos. Según Papalia, Feldman, & Martorell (2012) la adolescencia comprende la edad de 11 a alrededor de 20 años. Además, mencionan que los cambios físicos son rápidos y profundos acompañados de una madurez reproductiva. Dentro de los cambios cognoscitivos existe un desarrollo del pensamiento abstracto y el razonamiento científico, persiste la inmadurez del pensamiento en algunas actitudes y conductas. En el desarrollo psicosocial ocurre una búsqueda de identidad incluyendo la sexual, el grupo de pares ejerce una influencia positiva o negativa.

### **2.1.6. Bienestar psicológico en la adultez**

El BP dentro de los adultos es diferente al BP en adolescente, encontrándose diversas variables que alteran su percepción. Benatuil (2004) menciona que “los individuos evalúan constantemente su situación personal, a nivel individual y social” (p. 43). Es decir, adultos de diferentes edades adquieren nuevas responsabilidades, por lo que su percepción dependerá del éxito en cada una de estas. “Los desafíos que enfrentan los individuos en sus intentos por funcionar plenamente y realizar sus potencialidades” (Barra, 2011, p, 32). De manera que la valoración sobre esta etapa se someterá a la forma en que el adulto venza dificultades.

En un estudio realizado por Ryff (1989) encontró diferentes perspectivas sobre el BP en diferentes géneros y edades. Barra (2011) menciona que respecto a la edad, los adultos medios (promedio de 50 años) presentaban mayores puntajes que los adultos mayores (promedio de 75 años) en propósito en la vida y que los adultos jóvenes (promedio de 20 años) en autonomía, los jóvenes informaron menores puntajes que los otros dos grupos en dominio ambiental, mientras que los adultos mayores obtuvieron menores puntajes que los otros dos grupos en crecimiento personal. Afirma además que con respecto al género, la única diferencia significativa era que las mujeres mostraban mayor nivel que los hombres en relaciones positivas con otros, por lo que no existe un efecto de interacción entre la edad y el género.

Entonces el BP se considera diferente en cada etapa de desarrollo tanto en cogniciones y afectos. Benatuil (2004) menciona “El Bienestar psicológico posee componentes estables y cambiantes al mismo tiempo” (p. 45). De esta manera las cogniciones y afectos cambian en torno a las diversas etapas de desarrollo del individuo. De forma que cuando la persona se encuentra en una etapa de transición su BP se puede encontrar alterado. El BP es estable en el largo plazo, pero experimenta variaciones circunstanciales en función de los afectos predominantes.

#### **2.1.6.1. Características principales del adulto**

Dentro de las principales características en los adultos según Papalia, Feldman, & Martorell (2012) son la adultez temprana y adultez media:

*Adultez temprana:* Edades comprendidas entre los 20 a 40 años la condición física alcanza su máximo nivel y luego disminuye ligeramente, las elecciones de estilo de vida influyen en la salud. En el desarrollo cognoscitivo el pensamiento y los juicios morales adquieren mayor complejidad, se llevan a cabo elecciones educativas y laborales, a

veces después de una etapa de exploración. En el desarrollo psicosocial los rasgos y estilos de personalidad se estabilizan, aunque las etapas y suceso de la vida generan cambios de personalidad, se establecen relaciones íntimas y estilos de vida personales, pero no siempre son duraderos, casi todos se casan y muchos tienen hijos.

*Adulthood media:* Edades comprendidas entre los 40 a 65 años puede iniciarse un deterioro lento de las capacidades sensoriales, así como la salud, el vigor y la resistencia, pero las diferencias entre individuos son vastas, por ejemplo las mujeres atraviesan la menopausia. Desarrollo cognoscitivo las habilidades mentales llegan a su máximo: se eleva la competencia y capacidad práctica para resolver problemas, la producción creativa declina, pero es de mejor calidad, algunos adultos alcanzan el éxito profesional y su poder de generar ganancias está en la cúspide; otros experimentan agotamiento y cambio de profesión.

## **2.2. Bienestar psicológico según Carol Ryff**

La principal autora que desarrolla la idea sobre el bienestar psicológico es Carol Ryff (1989), quien desarrolla un modelo multidimensional que consiste en seis dimensiones, Pérez (2013) explica en su investigación estudio cualitativo sobre el bienestar subjetivo y psicológico del voluntariado de cooperación internacional para el desarrollo:

### **a) Autoaceptación**

La autoaceptación es uno de los criterios centrales del bienestar. Las personas intentan sentirse bien consigo mismas incluso siendo conscientes de sus propias limitaciones. Tener actitudes positivas hacia uno mismo es una característica fundamental del funcionamiento psicológico positivo.

**b) Relaciones positivas con los otros**

Las personas necesitan mantener relaciones sociales estables y tener amigos en los que confiar. Según Ryff (1989), la capacidad para amar es un componente fundamental del bienestar y de la salud mental.

**c) Dominio medioambiental o control ambiental**

Esta dimensión es definida como la competencia para afrontar situaciones de la vida diaria; es decir, consiste en dar forma al medio para satisfacer las necesidades y deseos propios. También es definido como la habilidad personal para elegir o crear entornos favorables para satisfacer las necesidades propias. Las personas con un alto dominio del entorno, poseen una mayor sensación de control sobre el mundo y se sienten más capaces de influir sobre el contexto que los rodea.

**d) Autonomía**

Esta variable implica un sentido de determinación, independencia y autorregulación: las personas, para poder sostener su propia individualidad en diferentes contextos sociales, necesita mantenerse en sus propias convicciones y mantener su independencia y autoridad personal. Las personas con autonomía son capaces de resistir en mayor medida la presión social y auto-regulan mejor su comportamiento.

**e) Propósito de vida**

Consiste en implicarse en el logro de metas significativas. Las personas necesitan marcarse metas, definir una serie de objetivos que les permitan dotar a su vida de un cierto sentido.

**f) Crecimiento personal**

Se define como el proceso continuo de desarrollar el potencial humano, es decir, mantener un proceso de aprendizaje y desarrollo de sus propias capacidades.

De esta manera el bienestar psicológico es el efecto de un funcionamiento psicológico adecuado, lo que implica una adecuada satisfacción de sus necesidades psicológicas.

## **2.2. Tipo Medición psicológica**

### **2.2.1. Medición**

La medición sirve para sustentar valores cuantitativos y cualitativos además demostrar hipótesis y teorías. Para Malo (2008) la medición “es el proceso por el cual se asignan número o símbolos a atributos de entidades del mundo real, de tal forma que se los describa de acuerdo con reglas claramente definidas” (p. 43). De forma que se sustenta información subjetiva. “La medición es una necesidad para el progreso de las ciencias y además un indicador del desarrollo alcanzado” (Arias , 1991, p, 95).

Es necesario que la psicología al ser una ciencia que se encarga del estudio de la conducta humana y las leyes que la rigen, es necesario que cuantifique estas conductas en instrumentos que sean fiables. Muñiz (1998) menciona que para una comprensión adecuada de la conducta humana hay que entender tanto sus aspectos cualitativos como cuantitativos. Entonces al asignar valores numéricos a ciertas conductas medidas en reactivos específicos, se logrará explicar de mejor manera conductas subjetivas de los individuos. De esta manera estos valores serán expresados en instrumentos psicológicos que servirán como herramienta al profesional.

### **2.3. Instrumentos de medición psicológica**

Los instrumentos de medición psicológica son los encargados de la recolección de información sobre conductas específicas. Para González (2013) son herramientas que

recogen muestras conductas producidas por los sujetos en respuesta a unos estímulos presentados. Remontándose a la historia para descubrir el origen de la psicometría “Wilhelm Wundt, psicólogo alemán, al que consideran el padre de la psicología [...] crea el primer laboratorio de psicología experimental, en ese laboratorio estudia las cualidades y los procesos psíquicos de forma aislada, mediante técnicas de laboratorio” (González F, 2007, p. 4). Al funcionar como referente sobre el estudio de procesos psicológicos, se interesan por el estudio amplio sobre ideas planteadas dando origen al surgimiento de los instrumentos de evaluación psicológica. Con el pasar del tiempo la medición psicológica se implementa tanto como evaluación y para diagnóstico.

### **2.3.1. Diagnóstico psicológico**

La medición psicológica se ha implementado como una herramienta para confirmación de supuestos trastornos Malo (2008) menciona que los test psicométricos “son para los psicólogos una herramienta para obtener información, lo cual, a su vez, les permite plantear, luego una impresión diagnóstica con miras a desarrollar una acción preventiva o de intervención” (p. 47). De manera que al implementar una evaluación psicológica con test psicométricos servirá de apoyo y ayuda al profesional para descarte o confirmación de trastornos psicológicos.

## **2.4. Requisitos de un instrumento de medición**

Se considera que dentro de cada evaluación o medición psicológica existe un margen de error por lo que se debe establecer aspectos para que un instrumento sea aplicable a cierta población. Para que un instrumento sea considerado Aragón (2004) menciona que los instrumentos de todas las ciencias deben contar con dos requisitos indispensables y la psicología no es la excepción: la confiabilidad y la validez.

### **2.4.1. Confiabilidad**

La confiabilidad es un requisito para que el instrumento psicológico sea tomado en cuenta. “La confiabilidad indica el grado en que las diferencias individuales en las calificaciones de una prueba son atribuibles al error aleatorio de medición y en la medida son atribuibles a diferencias reales en la característica o variable que se está midiendo” (Reidl, 2013, p, 109). De tal forma que la confiabilidad se refiere a la consistencia de las calificaciones dentro de un reactivo. Además el instrumento debe estar estandarizado es decir, que debe medir para lo que fue creado.

#### **2.4.1.1. Tipos de procedimientos**

Mediante los procedimientos se puede verificar la confiabilidad de un instrumento

##### **2.4.1.1.1. Confiabilidad por test- re- test**

Un instrumento al encontrarse en proceso de adaptación, la fiabilidad es un papel importante. Una de las pruebas para comprobar la fiabilidad es por el test- re- test, es una manera de demostrar la precisión. Morales (2007) manifiesta “los sujetos responden dos veces al mismo test, dejando entre las dos veces un intervalo de tiempo” después manifiesta que es conocido también como “el coeficiente de correlación entre las dos ocasiones es lo que se denomina coeficiente de fiabilidad test-re test” (p. 5). De forma que tiene que existir un intervalo de tiempo superior entre la aplicación de los reactivos.

Morales (2007) menciona que existen características que se cumplen en el método de fiabilidad test- re test:

- Este método corresponde al concepto más intuitivo de fiabilidad: un instrumento es fiable si en veces sucesivas aporta los mismos resultados.
- No tiene sentido utilizarlo cuando esté previsto un cambio en los sujetos, o cuando entre la primera y segunda vez se puede dar aprendizaje. Por

esto no es un método apto para comprobar la fiabilidad de un instrumento de medición escolar porque puede haber aprendizaje de una vez a otra, aprendizaje que puede incluso estar provocado por el mismo instrumento. La fiabilidad del tipo test- re- test tiene más sentido en la medición de rasgos y actitudes más estables.

- Este coeficiente de correlación se puede entender como un coeficiente o indicador de estabilidad o de no ambigüedad en la medida en que ambas ocasiones los resultados parecidos (los sujetos entendieron lo mismo de la misma manera y respondieron de manera idéntica o casi idéntica)
- Una fiabilidad alta de este tipo no es garantía de una fiabilidad alta con otro de los enfoques, sobre todo con el de consistencia interna que enseguida. Puede haber una fiabilidad alta de este tipo test- re- test, con ítems que pregunta cosas muy distintas, con poca consistencia interna.

#### **2.4.1.1.2. Método de formas alternativas o paralelas**

Otra de las pruebas que se emplean para confirmar la fiabilidad de una prueba se trata sobre el método de la prueba paralela. “Se utiliza cuando se preparan dos versiones del mismo test, los ítems son distintos en cada test pero con ambos se pretende medir lo mismo” (Morales, 2007, p. 6). Es decir, tiene que existir correlación sobre las pruebas aplicadas sobre un mismo grupo de sujetos. Además sostiene que tiene que existir características a las que tienen que regirse:

- Puede interpretarse como un coeficiente o indicador de equivalencia entre los dos test; si la correlación es alta las dos formas del mismo test dan resultados parecidos, ordenan a los sujetos de manera parecida, ambas formas son intercambiables. Si la correlación entre las dos formas (respondidas con días y horas de diferencia) es baja, la conclusión más

razonable no es que los sujetos han cambiado, sino que las dos formas no están equilibradas en sus contenidos y de alguna manera miden cosas distintas o con énfasis distintos.

- Una confirmación adicional de que las dos formas son realmente paralelas es comprobar si la correlación media inter-ítem dentro de cada forma es de magnitud similar, lo mismo que la correlación de los ítems de una forma con los de la otra versión.
- Este tipo de fiabilidad, o prueba de equivalencia, es necesario siempre que se disponga de dos o más versiones del mismo test, y su uso queda en la práctica restringido a esta circunstancia no frecuente.

Con referencia a lo expuesto se puede entender que este tipo de prueba es aplicable solo si existen dos instrumentos que midan lo mismo, ya que si las pruebas no tienen correlación, la fiabilidad no será la adecuada, por tanto no se comprobará si los instrumentos están creados para lo que dicen medir.

#### **2.4.1.1.3. Coeficientes de consistencia interna**

La fiabilidad tipo de consistencia interna es la prueba más importante dentro de la confiabilidad en lo que concierne a una estandarización de un reactivo. La consistencia interna para Campo & Oviedo (2008) se refiere “al grado en que los ítems, puntos o reactivos que hacen parte de una escala se correlacionan entre ellos, la magnitud en que miden el mismo constructo” (p. 832). Esta correlación sirve para verificar la confiabilidad para después llegar a una estandarización. Una vez verificado que los ítems son coherentes y miden por lo tanto serán sumables.

- **Coeficiente Alfa de Cronbach**

El alfa de Cronbach se obtiene de diferente manera a los métodos analizados, para la obtención de la mencionada medida es necesario que exista una correlación de cada

ítem con cada uno de los otros. Para determinar el coeficiente de alfa de Cronbach “Se debe calcular la correlación de cada reactivo o ítem con cada uno de los otros, resultando una gran cantidad de coeficientes de correlación [...] como la media de todas las correlaciones de división por mitades posibles” (Quero, 2010, p, 250). Sin embargo, existen diversas maneras de obtener el alfa de Cronbach para Campo & Oviedo (2005) en su investigación aproximación al uso de coeficiente alfa de Cronbach exclaman que existen las siguientes maneras de obtener este coeficiente:

- El método de Rulon (1939) mide la correlación entre las dos mitades de la escala y generalmente se encuentra en los estudios de validación de la primera mitad de siglo XX.
- El coeficiente de Kristof (1974) se usa para estimar la consistencia interna en una prueba dividida en tres partes muy correlacionadas.
- El coeficiente de Angoff-Feldt (1975) se determina cuando una escala sólo puede ser dividida en dos partes de tamaño arbitrario, pero homogéneas en contenido.
- El coeficiente beta propuesto por Raju (1977) pondera la consistencia interna de una escala cuando es dividida en dos o más partes desiguales.

Cada uno de estos coeficientes son un desglose del alfa de Cronbach es la manera más eficaz además que su aplicación del reactivo se lo realiza solo una vez.

#### ▪ **Interpretación del coeficiente alfa de Cronbach**

Para la interpretación del coeficiente de alfa de Cronbach es necesario según Campo & Oviedo (2005) “El valor mínimo aceptable para el Coeficiente alfa de Cronbach es 0,70; por debajo de ese valor la consistencia interna de la escala utilizada es baja el valor máximo esperado es 0,90 por encima de este valor se considera que hay redundancia o duplicación” (p. 576). Los ítems que se encuentran por encima de este valor deben ser

eliminados ya que considera que miden exactamente lo mismo. Sin embargo, se puede deber a que los ítems se encuentran dentro de una escala.

#### **2.4.2. Validez**

La validez sirve como criterio para determinar si el instrumento evalúa para lo que fue creado Barrios, Urrutia, Gutiérrez, & Mayorga (2014) manifiestan que la validez “Es un criterio de evaluación utilizado para determinar cuán importantes son la evidencia empírica y los fundamentos teóricos que respaldan un instrumento, examen o acción realizada [...] el grado en que un instrumento mide lo que pretende medir o que cumple con el objetivo para el que fue construido” (p, 550). Mediante la validez y la confiabilidad se logrará demostrar que la prueba puede aplicarse para la población determinada. Dentro de los tipos de validez se encuentra a los más importantes: validez de constructo, validez de criterio y validez de contenido.

- **Validez de contenido**

Argibay (2006) al hablar sobre los tipos de validez menciona que al analizar la validez de contenido, es evaluar si los ítems que hemos usado para construir el test, son relevantes para el uso que se le va dar al test, es decir, si todos los ítems están dentro del dominio de interés. “al examen sistemático del contenido del test para determinar si comprende una muestra representativa de la forma de conducta que ha de medirse” (González F. , 2007, p, 30).

- **Validez de criterio**

En el caso de la validez de criterio, Argibay (2006) es un fin más práctico, no se trata únicamente de establecer que se mida adecuadamente un constructo, sino fundamentalmente relacionar las puntuaciones del instrumento con otras variables a las que se llaman criterio.

- **Validez de constructo**

La validez de constructo para Corral (2009) menciona que “se usa en psicología para referirse a algo que no es observable, es construido por el investigador para resumir o explicar las regularidades o relaciones que él observa en la conducta” (p. 225). Entonces esta validez toma el nombre debido a que revela algo significativo de los individuos encontrándose por ejemplo inteligencia, personalidad, aptitudes, actitudes, etc.

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. Metodología de la investigación**

El presente estudio, comprende un trabajo descriptivo, cuantitativo y de carácter instrumental. Descriptivo porque permitió analizar cómo se manifiesta un fenómeno y sus componentes Cazau (2006), trabaja sobre hechos reales sobre un fenómeno actual, se enfoca en la búsqueda de un reactivo o herramienta confiable para medir bienestar psicológico dentro de la población ecuatoriana.

Cuantitativo y de carácter instrumental dado que se realizó un análisis de fiabilidad y validez de una adaptación española a la población ecuatoriana.

La investigación cuantitativa según Hernández, Fernández, & Baptista, (2003) “es la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento” (p. 10). De forma que mediante esta investigación se logró probar nuestra hipótesis de conocer cuáles son los criterios de confiabilidad y validez de la escala de bienestar psicológico de Ryff en la Zona 3 del Ecuador de forma clara, precisa.

##### **3.1.1. Métodos Aplicados**

3.1.1.1. **Cuestionario:** Para García (2002) “Es un conjunto de preguntas ordenadas con coherencia con sentido lógico y psicológico, expresado con lenguaje sencillo y claro” (p, 7). Es muy útil el emplear este método de instrumento de recolección de información porque nos brindará datos necesarios para nuestra investigación.

- **Tipos de cuestionarios:** Existen diferentes clasificaciones de cuestionarios, de manera que para la investigación se obtendrá la siguiente clasificación Corral en su investigación validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación para la recolección de datos (2009) menciona:

- **Cuestionarios de respuestas cerradas:** En cada reactivo o pregunta hay un número fijo de alternativas de respuestas. Pueden ser dicotómicas o policotómicas. Entre las respuestas dicotómicas se tienen: Sí-No, Verdadero-Falso, De acuerdo-En desacuerdo. Entre las escalas policotómicas, se tiene la escala de Likert: Siempre, casi siempre, algunas veces, casi nunca, nunca. La puntuación a asignarse puede ser del 5 a 1.
- **Cuestionarios de respuestas de respuestas semi-cerradas:** Además de presentar diferentes alternativas, incluyen una alternativa abierta identificada con la palabra Otro (a).
- **Cuestionarios de respuestas abiertas:** Requieren de respuestas elaboradas por el participante.
- **Cuestionarios mixtos:** Están integrados por algunas preguntas cerradas o semi-cerradas y otras abiertas.

### 3.1.1.2. Medios de presentación

La manera más frecuente para la aplicación de un reactivo es por vía impresa sin embargo, para la investigación se realizó mediante vía electrónica. el Instituto Nacional de Estadística y Geografía, (2013) los clasifica de la siguiente manera:

- **Medios impresos:** Consisten en la impresión en papel, cartón o materiales similares, de las preguntas que los informantes leerán o les serán leídas;

para registrar las respuestas sobre los temas y referencias temporales determinadas previamente. Son los utilizados tradicionalmente.

- **Medios electrónicos:** Se refiere a tipos de tecnología electrónica e informática, que se utiliza para obtener información estadística. Los más comunes son las computadoras personales y los dispositivos móviles. Otra modalidad para el registro de respuestas, es a través de internet, ya sea que el cuestionario se presente en un sitio de la Web definido para su acceso, o se envíe por correo electrónico a las personas o instituciones.

### **3.1.2. Técnicas e instrumentos de recolección de información**

Para la recopilación de la información se utilizó el método científico, es decir se empleó un proceso ordenado, examinado y práctico aplicado a un fenómeno concerniente al bienestar psicológico en la Zona de Planificación 3 del Ecuador. La recolección de información se realizó mediante la aplicación de la Escala de bienestar psicológico de Ryff, además de dos instrumentos que se implementarán para el análisis estadístico que son Escala de Bienestar Psicológico para Adultos BIEPS-A y Escala de Malestar Psicológico de Kessler K-10. Se aplicó a una población definida de individuos. Corral (2010) “una serie de preguntas o ítems sobre un determinado problema de investigación” (p. 253). Este procedimiento fue tomado de manera escrita y vía electrónica a la población antes mencionada.

Además para la realización de este proyecto se implementó una ficha Ad Hoc de recolección de información sociodemográfica y la Escala de bienestar psicológico de Ryff.

- **Ficha Ad Hoc de recolección de información sociodemográfica:** Permite conocer características sociales de los participantes, edad, sexo y lugar de nacimiento.
- **Escala de bienestar psicológico de Ryff:** Carol Ryff psicóloga, doctora en filosofía y profesora de la Universidad de Wisconsin – Madison, ha realizado varios estudios relacionados con el bienestar psicológico y las influencias sociales, estados socioeconómico, raza, etnia, cultura y factores biológicos como regulación neuroendocrina, procesos inflamatorios, riesgo cardiovascular. Estudios relacionados con la resiliencia, salud mental además de estudios integradores y multidisciplinarios de salud y bienestar.

La escala de bienestar psicológico de Ryff está constituido por 29 ítems en la versión adaptada al español por Darío Díaz, Raquel Rodríguez, Amalio Blanco, Bernardo Moreno, Ismael Gallardo, Carmen Valle y Dirk van Dierendonck (2006), la versión extendida de 39 ítems y la original de 84. Divida en 6 dimensiones 1) dominio del entorno 2) crecimiento personal 3) propósito en la vida 4) autonomía 5) autoaceptación 6) relaciones positivas con otros. Los ítems y sub-escalas se refieren al bienestar psicológico. Está compuesta por una escala de tipo Likert de seis puntos según la frecuencia de emisión de cada comportamiento (completamente de acuerdo-completamente en desacuerdo).

La puntuación de cada sub-escala se obtiene sumando los ítems que corresponde a cada sub-escala, a una mayor puntuación indica que la persona destaca en cada una de las dimensiones, para un total de 234 puntos como máximo. Puntuaciones mayores de 176 señalan un BP elevado; entre 141 y 175 BP alto; entre 117 y 140 BP moderado; e inferiores a 116 un BP bajo. Concerniente a las dimensiones autoaceptación, dominio

del entorno, relaciones positivas y propósito en la vida se considera un nivel alto a puntuaciones mayores a 27, nivel medio entre 18-26 y nivel bajo menores a 25. En la dimensión de crecimiento personal nivel alto puntuaciones mayores a 32, nivel medio entre 21-31 y nivel bajo menores a 20. Dentro de la dimensión de autonomía nivel alto puntuaciones mayores a 36, nivel medio entre 24-35, nivel bajo puntuaciones menores a 23.

El reactivo es aplicable tanto para adolescentes como adultos de ambos sexos, se puede ejecutar de manera individual como colectiva con una duración máxima de 20 minutos. La fiabilidad y validez de esta escala mantiene elevados puntajes tanto en la versión adaptada al español ( $\alpha = .899$ ) como en la versión original ( $\alpha = .833$ ). Mantiene una estructura compuesta por seis factores estudiada y confirmada con un análisis factorial confirmatorio.

- **Escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A)** María Martina Casullo (2002) fue una profesional que basó sus estudios en la capacidad humana, empatía, sentido del humor, bienestar humano. Fundadora de la Asociación Iberoamericana de Evaluación y Diagnóstico Psicológico y de la revista RIDEP. Investigadora principal del CONICET (Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas).

La escala de bienestar psicológico para adultos comprendidos entre los 18 a 64 años, se encuentra constituida por 13 ítems que se pueden aplicar de manera grupal o individual, también de forma autoadministrada. Se encuentra dividida en cuatro dimensiones *aceptación* 2, 11, 13; *autonomía* 4, 9, 12; *vínculos* 5, 7, 8; *proyectos* 1, 3, 6, 10. Páramo & Strateniero (2011) explica que en la escala se utiliza las siguientes puntuaciones: De acuerdo (se asignan 3 puntos), Ni de acuerdo ni en desacuerdo (2 puntos), En

desacuerdo (se asigna un punto). Puntuaciones inferiores al percentil 25 se considera que la persona posee un bajo nivel de bienestar psicológico en varias de sus áreas vitales. Un nivel de bienestar psicológico promedio se observa en puntuaciones mayores al percentil 50, indicando que el sujeto se siente satisfecho con distintos aspectos de su vida. Las puntuaciones correspondientes a 95 indican un alto nivel de bienestar, señalando que el sujeto se siente muy satisfecho con su vida en general.

La validez y confiabilidad de BIEPS-A se realizó en Argentina, la confiabilidad total de la escala es aceptable alcanzando un valor de .70.

- **Escala de malestar psicológico de Kessler (K-10)** fue desarrollada en 1992 por Ronald Kessler y Dan Mroczek con la finalidad de crear un instrumento para medir el riesgo a padecer malestar psicológico inespecífico. Esta escala evalúa la presencia de síntomas de depresión y ansiedad en el último mes.

La escala de malestar psicológico está constituido por 10 ítems. El tipo de respuestas de las preguntas son tipo Likert, categorizadas en una escala ordinal de cinco niveles: siempre, casi siempre, a veces, casi nunca y nunca. Aguilar, Arangueren, & Branco (2010) referente a la calificación menciona que se asigna un valor a uno a la respuesta nunca y a la respuesta siempre cinco puntos. La suma de las puntuaciones tiene un mínimo de 10 y un máximo de 50. Los rangos del instrumento presentan cuatro niveles: bajo (10- 15), moderado (16-21), alto (22-29), y muy alto (30-50). La consistencia que presenta el instrumento es de .90 dentro de la adaptación creada en México. La aplicación se la puede realizar a personas con aparentes síntomas de ansiedad y depresión como a personas que no los poseen, comprendidos entre los 18 a 70 años de edad.

### 3.1.3. Población y Muestra

#### 3.1.3.1. Población

Para esta investigación se consideró como casos de interés a adultos de la Zona de Planificación 3 del Ecuador. Los participantes comprenden las edades entre 18 a 65 años de edad. Se tomó como presencia aproximada de 920,500 adultos según datos referenciales del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) (2010).

#### 3.1.3.2. Muestra y Muestreo

Para el desarrollo del proyecto de investigación se consideraron 1066 posibles casos, sin embargo, se obtuvo 621 casos que significa que es una población de relevancia según Vallejo (2012) menciona que “para el análisis de ítems debe haber al menos unos cinco sujetos por ítem inicial” (p. 14). Muestra que constituye un subconjunto representativo de la población. Para el cálculo del tamaño de la muestra se consideró un error del 5% con un 95% de confiabilidad y una probabilidad de ocurrencia y no ocurrencia del 50%. Para el cálculo de la muestra Aguilar (2005) menciona que se toma en cuenta la siguiente formula:

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_a^2 \times p \times q}$$

En donde:

z: nivel de confianza

p: probabilidad de éxito, o proporción esperada

q: probabilidad de fracaso

d: precisión (error máximo admisible)

Por lo que se obtiene una población de 385 casos de interés, cifra que difiere de la población que se obtuvo 621 casos para esta investigación además que se elevará la incidencia estadística.

La selección de las unidades muestrales se realizó a través de un proceso de muestreo no probabilístico, es decir se escogió un subgrupo de la población en la que la elección de los participantes fue según el caso de interés en los que se toma en cuenta criterios de inclusión y exclusión.

Los casos de análisis se escogieron de la Zona de Planificación 3 del Ecuador, donde se encontró adultos comprendidos entre 18 a 65 años de edad se explica la distribución de mejor manera en la tabla 3.1

**Tabla 3.1 distribución de la población por provincias**

<b>Provincia</b>	<b>Número de casos</b>
Chimborazo	320
Tungurahua	395
Pastaza	64
Cotopaxi	287

Cabe recalcar que la población obtenida por provincias se la realizó frente a la densidad poblacional por medio de datos obtenidos por el INEC es decir, frente a más cantidad poblacional mayor porcentaje de muestra. Suárez, (2011) menciona que la población diana delimitada geográfica o temporalmente disponible para el estudio. Es decir, que la población está definida por características clínicas, demográficas.

Criterios de inclusión: Se debe tener en cuenta la edad los participantes deben encontrarse entre 18 – 65 años. Además deben pertenecer a las provincias consideradas dentro de la Zona 3. También tienen que poseer un nivel de educación y cultura adecuado para la ejecución de la batería psicológica.

Criterios de exclusión: Dentro de la investigación se tomó como primer aspecto que los participantes no pueden involucrarse en la investigación los individuos que posean las siguientes características: 1) menores de edad, 2) que no pertenezcan a las provincias mencionadas 3) posean trastornos psicológicos relevantes o enfermedades que les imposibilite ejecutar de manera correcta la batería psicológica.

#### **3.1.4. Procedimiento metodológico**

Para el proceso del presente trabajo investigativo “criterios de validez y confiabilidad de la escala de bienestar psicológico de Ryff en la población de la Zona 3 del Ecuador”. En primer lugar se obtuvo la versión adaptada española de Van Dierendonck, después se procedió a la selección de un porcentaje de la población, determinando un grupo estimado de 621 participantes, que se encuentren distribuidos entre 18 y 65 años de edad dentro de las provincias Cotopaxi, Chimborazo, Tungurahua, Pastaza.

Una vez que la batería psicológica y la elección de la muestra se encontraron resueltos se elaboró el cuestionario dentro de la plataforma virtual “drive”. Para continuar con la difusión por medio de redes sociales, correo electrónico, y aplicaciones del teléfono como whatsapp consiguiendo empezar las difusiones entre los participantes dentro de cada provincia. Al cabo de un mes se logró obtener el mayor número de participantes, para finalizar con aplicaciones escritas a poblaciones con porcentajes bajos. Para la confirmación de que la escala de bienestar psicológico de Ryff es válido se manejó el coeficiente de Pearson entre la escala bienestar psicológico para adultos y escala de malestar psicológico de Kessler. También se verificó la confiabilidad en la que se implementó el alfa de Cronbach. Finalmente se planteó un análisis factorial exploratorio. Para terminar con la formulación de conclusiones y recomendaciones del proyect

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS

#### 4.1. Análisis general de la información de la muestra

En este capítulo se presentan los resultados obtenidos de la aplicación de la batería psicológica a la población de la Zona 3 del Ecuador.

La información general permite conocer los datos sociodemográficos de la población que participó de la aplicación de la batería psicológica. Se tomó en cuenta las siguientes variables: sexo, edad, lugar de nacimiento. Esta información es importante puesto que brinda datos para explicar de mejor manera los resultados obtenidos.

En este estudio los datos se muestran a través de frecuencias ( $f$ ) y la representación porcentual (%) además también se hizo uso de la media ( $M$ ) y la desviación estándar ( $Ds$ ) para que los datos sean explicados de manera clara y precisa.

#### 4.1.1. Análisis de resultados

##### 4.1.1.1. Análisis sociodemográfico

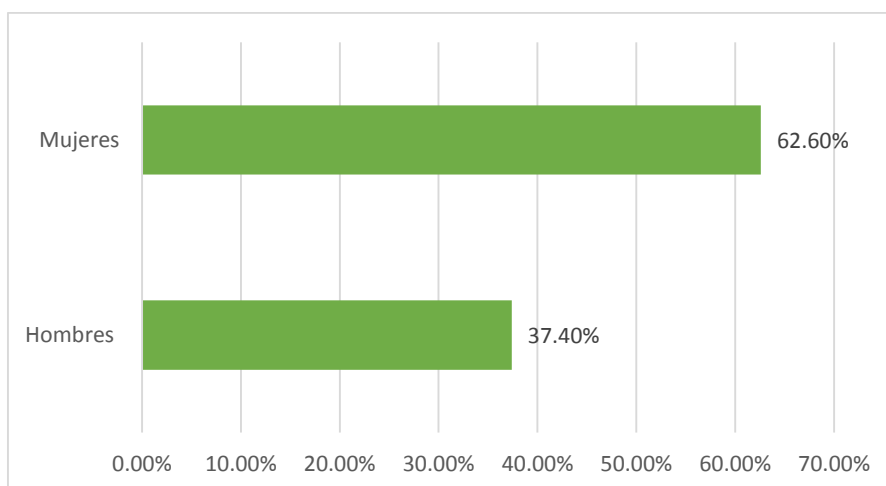
El análisis sociodemográfico de la muestra permite conocer la información general de los participantes. A continuación en la tabla 4.1 se representa la información mencionada.

**Tabla 4.1 Análisis estadístico sociodemográfico**

<i>Variables</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<b><i>Sexo</i></b>		
Hombres	232	37.4%
Mujeres	389	62.6%
<b><i>Provincia</i></b>		
Chimborazo	213	34.3%
Tungurahua	224	36.1%
Latacunga	127	20.5%
Pastaza	57	9.2%
<b><i>Edad</i></b>		
	<b><i>Media</i></b>	<b><i>Desviación</i></b>
	25.32	7.154

Nota: 621 observaciones

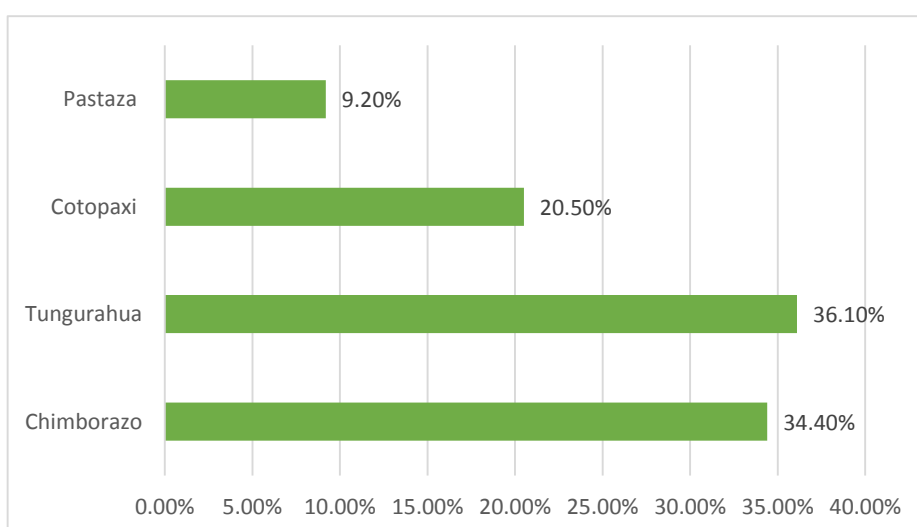
En el análisis sociodemográfico con respecto al sexo de los participantes, se determinó que la muestra está distribuida con el 62.6% mujeres, mientras que el 37,4% son hombres. (Ver gráfico 1)



*Dibujo 1 Distribución de la muestra por sexo*

Según la CIA (2013) los resultados de hombres y mujeres tanto en zonas urbanas como rurales demuestra que existe un 49.5% de hombres frente a un 50.5% de mujeres. Mediante estos datos coincide con el tamaño de la muestra de la población donde se evidencia en mayor número de participantes al sexo femenino lo que explica porque existe mayor número de participantes mujeres en nuestra investigación.

Por otra parte, con relación a la distribución de los y las participantes de acuerdo a las provincias tenemos en Chimborazo un 34.3%; la provincia de Tungurahua con el 36,1%; Cotopaxi con el 20,5% y la provincia de Pastaza con el 9,2% (ver gráfico 2)



*Dibujo 2 Distribución de la muestra por provincias.*

Los datos que se muestran corresponden a los participantes que se emplearon para la aplicación de los reactivos. La cantidad empleada en cada una de las provincias correspondientes a la Zona de Planificación 3 del Ecuador. Además los valores expuestos concuerdan con los valores presentados dentro de las estadísticas del INEC.

En la tabla 4.2 encontramos datos concernientes a la edad de los participantes de la investigación

**Tabla 4.2 Edad de los participantes de la investigación**

<i>Edad</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Media</i>	<i>Desviación</i>
18	35	25.32	7.154
19	32		
20	78		
21	64		
22	68		
23	73		
24	37		
25	31		
26	24		
27	22		
28	24		
29	15		
30	17		
31	7		
32	9		
33	11		
34	6		
35	11		
37	10		
38	9		
40	13		
41	3		
42	2		

43	1
44	3
45	1
46	1
47	1
50	5
52	1
54	2
55	1
57	1
58	1
59	1
62	1

---

Nota: 621 observaciones

Mientras que en la variable de edad se encuentra una media de  $M= 25.32$  años;  $Ds= 7.154$ . Referente a la edad encontramos que se encuentra con mayor presencia numérica al grupo de 18 a 30 años. Sin embargo, también se encuentra en menor cantidad pero no menos importante a individuos de 31 a 65 años.

## **4.2. Análisis de las propiedades psicométricas**

### **4.2.1. Análisis de fiabilidad**

El análisis de la fiabilidad de los ítems que conforman el cuestionario denominado escala de bienestar psicológico de Ryff.

**Tabla 4.3 Análisis estadístico de la batería psicológica**

Análisis estadístico	Escala de Ryff	BIEPS-A	Malestar de Kessler
Media	164.1	59.75	33.85
Mediana	167.00	64.00	34.00
Asimetría	-.503	-1.340	.205
Curtosis	.244	1.086	-.550
Normalidad	.050	.169	.070

La tabla 4.3 se explica de manera que dentro de la escala de bienestar psicológico de Ryff encontramos de media  $M= 164.1$ ; en mediana  $Me=167.00$ ; en asimetría  $-.503$ ; curtosis  $.244$ ; y normalidad de  $.050$ . Dentro de la Escala de bienestar psicológico para adultos tenemos como media  $M= 59.75$ ; mediana  $Me= 64.00$ ; lo que corresponde a asimetría  $-1.340$ ; curtosis  $1.086$  y como normalidad  $.169$ . Finalmente dentro de la escala de malestar psicológico de Kessler encontramos como media  $M= 33.85$ ; mediana  $Me= 34.00$ ; asimetría  $.205$ ; en curtosis  $-.550$  y normalidad de  $.070$ .

#### 4.2.1.1. Confiabilidad general de la batería psicológica

**Tabla 4.4 Análisis de confiabilidad de la batería psicológica**

	Alfa de Cronbach	Desviación típica	Varianza
Escala de Ryff	.899	26.306	691.91
BIEPS-A	.941	14.123	199.451
Malestar de Kessler	.762	7.912	62.604

Dentro de la tabla 4.4 encontramos que dentro de la escala de bienestar psicológico de Ryff mantiene  $\alpha= .899$ ; desviación típica  $Ds= 26.306$ ; varianza  $691.91$ . Dentro de la

escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A)  $\alpha = .941$ ; desviación típica  $Ds = 14.123$ ; varianza  $19.451$ . En la escala de Malestar psicológico de Kessler (K10)  $\alpha = .762$ ; desviación típica  $Ds = 7.912$ ; varianza  $62.604$ .

#### 4.2.2. Análisis de consistencia interna de la batería psicológica

##### 4.2.2.1. Análisis de consistencia interna de los componentes de la batería psicológica

El análisis de la fiabilidad de los ítems que conforman la escala de bienestar psicológico de Ryff, escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A) y escala de malestar psicológico de Kessler (K-10) nos ayudó a obtener mayor información para conocer si al eliminar el reactivo cómo afectará la confiabilidad del test.

**Tabla 4.5 Análisis de consistencia interna de la batería psicológica**

Escala		Media	Desviación típica	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
BIEPS-A	B1	4.72	1.514	.937
	B2	4.64	1.416	.936
	B3	4.80	1.548	.938
	B4	4.38	1.369	.937
	B5	4.29	1.335	.938
	B6	4.86	1.481	.933
	B7	4.79	1.461	.937
	B8	4.57	1.411	.935
	B9	4.22	1.419	.944
	B10	4.81	1.465	.933
	B11	4.72	1.383	.933
	B12	4.37	1.275	.936
	B13	4.60	1.366	.934
Kessler	K1	3.53	1.304	.733

K2	3.54	1.256	.724
K3	3.45	1.225	.716
K4	3.83	1.400	.875
K5	3.33	1.285	.709
K6	3.20	1.457	.708
K7	3.19	1.386	.701
K8	3.82	1.464	.760
K9	3.08	1.512	.697
K10	2.90	1.669	.715
<hr/>			
R1	4.42	1.395	.895
R2	3.86	1.642	.897
R3	4.25	1.386	.897
R4	3.10	1.568	.909
R5	4.12	1.550	.896
R6	4.70	1.385	.894
R7	4.75	1.333	.893
R8	3.80	1.656	.897
R9	2.91	1.604	.910
R10	4.21	1.556	.900
R11	4.26	1.396	.895
R12	4.59	1.327	.893
R13	2.90	1.529	.904
R14	4.28	1.390	.897
R15	3.48	1.560	.905
R16	4.77	1.325	.895
R17	4.46	1.374	.894
Ryff R18	4.64	1.286	.894
R19	4.70	1.306	.893
R20	3.44	1.685	.899
R21	4.52	1.325	.895
R22	3.94	1.545	.895
R23	4.75	1.391	.893
R24	4.96	1.400	.893
R25	4.15	1.596	.895
R26	3.76	1.600	.899
R27	3.77	1.615	.898
R28	4.58	1.301	.894
R29	4.32	1.685	.895
R30	4.19	1.664	.895
R31	4.79	1.350	.893
R32	4.55	1.474	.895
R33	3.85	1.574	.900
R34	3.23	1.543	.906
R35	4.87	1.392	.894

R36	3.71	1.697	.899
R37	4.84	1.329	.893
R38	5.00	1.311	.893
R39	4.68	1.483	.897

Nota: 621 observaciones

Los datos expuestos en la tabla 4.5 muestran de qué manera afectará la confiabilidad de cada reactivo si el ítem es eliminado.

### 4.3 Validez

**Tabla 4.6 Análisis de validez convergente y divergente**

	1	2	3
<b>1. Escala bienestar psicológico de Ryff</b>	1		
	.000		
<b>2. BIEPS-A</b>	.642**	1	
	.000	.000	
<b>3. Escala de malestar psicológico de Kessler</b>	-.372**	-.151**	1
	.000	.000	.000

Nota. \*\*  $p < 0.01$

Los datos dentro de la tabla 4.6, representan la correlación positiva entre la escala de bienestar psicológico de Ryff y Bienestar psicológico para adultos con un valor de .642\*\* con significancia de .000, identificado este valor como validez convergente es decir, que los dos elementos miden el mismo constructo. Además se obtiene una correlación negativa con la escala de malestar psicológico de Kessler, con la escala de bienestar psicológico de Ryff con un valor de -.372\*\*, y respecto a la escala de bienestar psicológico para adultos con un valor de -.151\*\* con una significancia de .000 en las dos correlaciones, es decir se comprueba una validez divergente los elementos miden diferentes aspectos.

#### 4.4. Análisis factorial exploratorio

Para la verificación sobre la dimensionalidad de cada escala se realizó un análisis factorial exploratorio (método de extracción máxima verosimilitud), utilizando el programa SPSS versión 24.

Cabe recalcar que dentro de estos análisis se eliminaron los ítems 10 (me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes), 15 (tiendo a estar influenciado por la gente con fuerte convicciones), 13 (Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.); por presentar una baja relación con cada sub-escala además de afectar la fiabilidad de la escala.

En primer lugar, se realizó un análisis factorial de la muestra de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) y prueba de esfericidad de Bartlett. La prueba KMO entregó un valor de 0.949. Se conoce que mientras más cerca se encuentre de 1, implica mayor relación (De la fuente, 2011, p. 11). Se complementa con la prueba de esfericidad de Bartlett, que obtuvo un valor de  $X^2_{(666)} = 955,854$  ( $p < .001$ ). Los resultados de ambas pruebas indican que los datos poseen las características apropiadas para realizar un análisis factorial.

#### **Tabla 4.7 Matriz de estructura de la escala de bienestar psicológico, saturación a dos factores**

En la tabla 4.7 encontramos dos factores que son esenciales para explicar el modelo que se plantea para la adaptación de la escala a la Zona 3 del Ecuador, no se toma en cuenta los ítems 10, 13, 15 que pertenecen a las dimensiones de autoaceptación y autonomía respectivamente; debido a que no representan propiedades psicométricas adecuadas y afecta a la confiabilidad del reactivo.

N°	Ítem	Factor 1	Factor 2
12	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.	.790	
7	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	.758	
23	Tengo claro la dirección y el objetivo de mi vida.	.738	
17	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.	.728	
19	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.	.725	
18	Mis objetivos en la vida han sido una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	.703	
28	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.	.698	
24	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.	.684	
6	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.	.684	
38	Para mí la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.	.670	
31	En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy en la vida que llevo.	.668	
37	En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy en la vida que llevo.	.666	
16	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.	.649	
21	Tengo la confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	.625	

1	Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.	.619
35	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.	.616
11	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.	.605
3	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.	.498
39	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.	.428
32	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.	.421
22	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.	.686
30	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.	.650
29	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.	.630
5	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.	.620
25	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.	.613
27	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.	.558
33	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.	.517
36	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.	.506
26	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.	.456
9	Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	.455
34	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.	.449
4	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.	.447

20	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.	.442
----	--	------

---

En la tabla 4.7 se presenta una matriz factorial, obteniendo únicamente valores superiores a .4. Como se puede evidenciar, los ítems que componen el modelo tentativo para la Zona 3 del Ecuador se componen por dos factores que explican de mejor manera la aplicación

#### **4.5. Modelo tentativo para la Zona 3 del Ecuador**

Una vez localizado los factores en las dimensiones creadas por Ryff (1989) y adaptadas por Rodríguez-Carvajal, y otros (2010) se obtiene:

#### **Tabla 4.8 Dimensiones de bienestar psicológico de Ryff después del análisis exploratorio.**

En la tabla 4.8 se evidencia las seis dimensiones con 36 ítems, modelo tentativo para la población de la Zona 3 del Ecuador.

---

#### **Autoaceptación**

---

- |    |   |
|----|---|
| 1  | Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas. |
| 7  | En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.                                |
| 19 | Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.                           |
| 25 | En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.                  |
| 31 | En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy en la vida que llevo              |
-

---

**Dominio del entorno**

---

- 5 Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.
- 11 He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.
- 16 Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.
- 22 Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.
- 28 Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.
- 39 Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla
- 

---

**Relaciones positivas**

---

- 2 A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.
- 8 No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.
- 14 Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.
- 20 Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.
- 26 No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.
- 32 Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.
- 

---

**Crecimiento personal**

---

- 24 Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas.
- 30 En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.
- 34 No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.

- 35 Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.
- 36 En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.
- 37 En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy en la vida que llevo.
- 38 Para mí la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.
- 

---

### **Autonomía**

---

- 3 No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente
- 4 Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.
- 9 Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.
- 21 Tengo la confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.
- 27 Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.
- 33 A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.
- 

---

### **Propósito en la vida**

---

- 6 Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.
- 12 Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.
- 17 Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.
- 18 Mis objetivos en la vida han sido una fuente de satisfacción que de frustración para mí.
- 23 Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.
- 29 No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.
-

Al presentar el modelo de dos factores que engloba a todo el reactivo de bienestar psicológico de Ryff, se encuentra que las propiedades psicométricas también son afectadas (ver tabla 4.9).

#### 4.5.1. Confiabilidad del modelo

**Tabla 4.9 Confiabilidad entre modelo presentado y seis dimensiones de Rodríguez-Carvajal, y otros (2010).**

	<b>Confiabilidad</b>
<b>Escala de seis dimensiones Rodríguez-Carvajal, y otros (2010)</b>	.899
<b>Modelo presentado para la Zona 3 del Ecuador</b>	.910

La confiabilidad como se evidencia en la tabla 4.9, dentro de la escala adaptada al español por Rodríguez-Carvajal, y otros (2010) presenta una confiabilidad de  $\alpha = .899$  mientras que en el modelo de dos factores la confiabilidad aumenta a  $\alpha = .910$ , encontrándose que dentro de la población de la Zona 3 del Ecuador funciona de mejor manera el modelo planteado.

#### 4.6. Evaluación del BP en adultos

La puntuación obtenida de cada uno de los participantes se encuentra explicada en la tabla 4.10.

**Tabla 4.10 Calificación obtenida de la muestra**

<b>Escala</b>	<b>Media</b>	<b>Nivel de BP</b>
Autoaceptación	25.7	Medio
Dominio del entorno	26.4	Medio
Relaciones positivas	23.7	Medio
Crecimiento personal	30.8	Medio
Autonomía	30.0	Medio
Propósito de la vida	27.5	Alto
Sumatoria total del reactivo	164.1	Alto

En la tabla 4.10 se encuentra las puntuaciones obtenidas por los participantes. Dentro de la dimensión de autoaceptación se encuentra  $M= 25.7$ , catalogado en un nivel medio en actitud positiva hacia uno mismo, aceptación de aspectos positivos y negativos, valoración positiva del pasado. En la dimensión de dominio del entorno se muestran  $M=26.4$ , encajado en un nivel medio en sensación de control y competencia, control de actividades, sacar provecho de las oportunidad. En relaciones positivas se evidencia  $M= 23.7$ , nivel medio en relaciones estrechas y cálidas con los demás, preocupación por el bienestar de los demás, empatía. En relación a crecimiento personal  $M= 30.8$  nivel medio de sensación de desarrollo continuo, verse a sí mismo en progreso, apertura a nuevas experiencias, capacidad de apreciar las mejoras personales. Concerniente a autonomía se encuentra  $M=30.0$ , nivel medio en resistir presiones sociales, independencia y determinación, regulación de conducta, autoevaluación con criterios propios. En propósito de la vida  $M= 27.5$ , nivel alto en sensación de llevar un rumbo, objetivos en la vida, sensación de que el pasado y el presente tienen sentido. En relación a la sumatoria total de la escala de Ryff se evidencia una puntuación de  $M= 164.1$  categorizado como un nivel alto de bienestar psicológico

## DISCUSIÓN

El principal objetivo del presente trabajo es identificar los criterios de confiabilidad y validez de la escala de bienestar psicológico de Ryff propuesta por Rodríguez-Carvajal y otros (2010).

Para la investigación se seleccionó la versión propuesta por Van Dierendonck (2004) por poseer mejores propiedades psicométricas. Los análisis de fiabilidad de la escala se utilizó el coeficiente de Alpha de Cronbach por consistencia interna, en la que se obtuvieron datos elevados. 910 indicando un alto nivel de consistencia nos indicaron una buena consistencia interna. Sin embargo, la confiabilidad en el estudio realizado por Freire, Ferradás, Núñez, & Valle (2017) sobre una población de estudiantes universitarios en Europa es diferente  $\alpha = .88$ , denotando una gran diferencia debido a que las poblaciones son diferentes porque posee características culturales y sociales diferentes a la muestra de la investigación.

Se realizó un análisis factorial exploratorio por método de extracción máxima verosimilitud utilizando el programa SPSS versión 24. Al poseer valores estadísticos confiables. En la prueba KMO (0.949) y la prueba de esfericidad de Bartlett un valor de  $X^2_{(666)} = 955,854$  ( $p < .001$ ). Por lo que se determina que los ítems 10, 13, 15 no son los adecuados y se sugiere no ser tomados en cuenta para la aplicación del reactivo en la Zona 3 del Ecuador.

Además se presenta un modelo de dos factores debido a que la mayoría de los ítems se distribuyen de mejor manera. Dentro del factor 1 se encuentran asociados ítems de semántica positiva y en el factor 2 se encuentran ítems negativos. De la misma manera en el estudio realizado por Rodríguez-Carvajal y otros (2010) se presenta un modelo de 2 factores con una estructura bifactorial donde se agrupa los ítems positivos dentro de un factor y en otro los ítems negativos.

Dentro de las limitaciones de esta investigación, es preciso mencionar que se ha trabajado solo con las provincias de Tungurahua, Chimborazo, Cotopaxi y Pastaza pertenecientes a la Zona 3 del Ecuador. Por lo que es necesario, para poder generalizar los resultados es necesario ampliar la población y especificar cultura, nivel educativo, y nivel socio-económico.

En segundo lugar se realizó un análisis factorial exploratorio, para lo que los datos nos demuestran un limitante ya que no se conoce que dimensiones de la escala son las más adecuadas para la muestra.

Al ser la investigación de carácter transversal el reactivo se lo aplica en un tiempo determinado por lo que los datos de la investigación pueden variar si se lo aplica en otras circunstancias y etapas. Es decir, el bienestar psicológico de los individuos depende de las circunstancias y de la manera de satisfacer sus necesidades, del éxito y las soluciones que se obtenga su BP variará. “necesidad psicológica que proporciona una fuente de motivación relacionada con la búsqueda y superación de desafíos óptimos” (Irrazabal, 2015, p. 81). Conocido de mejor manera como la competencia, que se encuentra ligado al locus de control interno, autoeficacia, capacidad y eficacia de las personas.

## CONCLUSIONES

- El bienestar psicológico de los individuos depende de las circunstancias y las condiciones en las que desenvuelve. El éxito que tenga el individuo para satisfacer estas necesidades el bienestar psicológico varia. Entonces se puede mencionar que la competencia funciona como una fuente de motivación a la que se encuentra ligado al locus de control interno, autoeficacia, capacidad y eficacia.
- El análisis de fiabilidad de la escala se utilizó el coeficiente de Alfa de Cronbach arrojando datos positivos  $\alpha = .910$  indicando un nivel alto de consistencia interna, diferenciado del modelo presentado por Rodriguez-Carvajal y otros (2010)  $\alpha = .899$ .
- El modelo tentativo presentado para la población de la Zona 3 consta de dos factores asociados psicométricamente por factor 1 por ítems positivos y factor 2 ítems negativos. Por medio de un análisis factorial exploratorio con datos estadísticos confiables. En la prueba KMO (0.949) y la prueba de esfericidad de Bartlett un valor de  $X^2_{(666)} = 955,854$  ( $p < .001$ ).
- Se sugiere además que los ítems 10, 13 ,15 pertenecientes a las dimensiones de autoaceptación y autonomía respectivamente, no sean tomados en cuenta para la aplicación del modelo tentativo para la Zona 3 del Ecuador debido a que afecta las propiedades psicométricas de la escala.
- Al poseer un nivel de significancia elevado  $p < .001$  se logra corroborar la pregunta de la investigación de cuáles son los criterios de confiabilidad y validez de la escala de bienestar psicológico de Ryff en la Zona 3 del Ecuador.

- El modelo propuesto de la investigación de dos factores de la escala de bienestar psicológico de Ryff es aplicable a la población de la Zona 3 del Ecuador, debido a las condiciones favorables del análisis factorial exploratorio.
- La evidencia sobre la validez convergente y divergente de la escala de bienestar psicológico de Ryff en la población de la Zona 3 del Ecuador, muestra que el instrumento es el adecuado además que se muestra la discriminación entre los diferentes reactivos aplicados.

## RECOMENDACIONES

- Se recomienda continuar con el análisis de resultados basándose en un estudio estructural de las propiedades psicométricas con la finalidad de correlacionar las dimensiones para verificar cuales son las más idóneas para la muestra.
- Ampliar la población debido a que se utilizaron las provincias de Tungurahua, Chimborazo, Cotopaxi y Pastaza pertenecientes a la Zona 3 del Ecuador, adherir más Zonas para confirmar los hallazgos obtenidos y extender la aplicabilidad del mismo. Además tomar en cuenta cultura, nivel educativo y nivel socio-económico.
- Al evidenciar la confiabilidad del análisis factorial exploratorio se recomienda la aplicación de este instrumento como una herramienta para la evaluación del bienestar psicológico dentro de la Zona 3 del Ecuador.
- El bienestar psicológico al no ser constante los resultados pueden variar dependiendo de las circunstancias a las que el individuo se encuentre expuesto, de tal manera que es recomendable evaluar el BP en un tiempo determinado para verificar si las propiedades psicométricas son las correctas.
- Se realizó un análisis factorial exploratorio, para lo que los datos nos demuestran un limitante ya que no se conoce que dimensiones de la escala son las más adecuadas para la muestra.

## ANEXOS

Se presenta el link en la que se aplicó la batería psicológica

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfDM7OSH0BJbFJnk9kD3SqK8\\_R1uv11](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfDM7OSH0BJbFJnk9kD3SqK8_R1uv11)

[L9EhEZ0JZtm6ZMNdg/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfDM7OSH0BJbFJnk9kD3SqK8_R1uv11L9EhEZ0JZtm6ZMNdg/viewform?usp=sf_link)

### ADAPTACIÓN DE LA ESCALA DE BIENESTAR DE RYFF

#### Datos Informativos

Edad:

Sexo: |

Provincia de nacimiento:

A continuación, hay trece afirmaciones con las cuales usted puede estar muy de acuerdo o muy en desacuerdo. Lea cada una de ellas y después encierre a aquella que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo.		Completamente de acuerdo	De acuerdo	Parcialmente acuerdo	Parcialmente en desacuerdo	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
N	ITEM	1	2	3	4	5	6
1	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.						
2	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.						
3	Me importa pensar qué haré en el futuro.						
4	Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas.						
5	Generalmente le caigo bien a la gente.						
6	Siento que podré lograr las metas que me proponga.						
7	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.						
8	Creo que en general me llevo bien con la gente.						
9	Creo que en general me llevo bien con la gente.						
10	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.						
11	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.						
12	Puedo tomar decisiones sin dudar mucho.						
13	Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias.						

A continuación, diez preguntas, lea cada una de ellas y después encierre a aquella que mejor le describa:		Nunca	Muy pocas veces	Pocas veces	A veces	Muchas Veces	Siempre
		1	2	3	4	5	6
N	EN EL ÚLTIMO MES...						
1	¿Con qué frecuencia te has sentido cansado, sin alguna buena razón?						
2	¿Con qué frecuencia te has sentido nervioso?						
3	¿Con qué frecuencia te has sentido nervioso que nada te podía calmar?						
4	¿Con qué frecuencia te has sentido desesperado?						
5	¿Con qué frecuencia te has sentido inquieto o intranquilo?						
6	¿Con qué frecuencia te has sentido tan impaciente que no has podido mantenerte quieto?						
7	¿Con qué frecuencia te has sentido deprimido?						
8	¿Con qué frecuencia has sentido que todo lo que haces representa un gran esfuerzo?						
9	¿Con qué frecuencia te has sentido tan triste que nada podía animarte?						
10	¿Con qué frecuencia te has sentido un inútil?						

ADAPTACIÓN DE LA ESCALA DE BIENESTAR DE RYFF

A continuación, hay afirmaciones con las cuales usted puede estar muy de acuerdo o muy en desacuerdo. Lea cada una de ellas y después encierre a aquella que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo.		Completamente de acuerdo	De acuerdo	Parcialmente acuerdo	Parcialmente en desacuerdo	En desacuerdo	Completamente en desacuerdo
		1	2	3	4	5	6
N	ITEM						
1	Cuando repase la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas						
2	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones						
3	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente						
4	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida						
5	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga						
6	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad						
7	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo						
8	No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar						
9	Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí						
10	Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes						
11	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto						
12	Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo						
13	Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría						
14	Siento que mis amistades me aportan muchas cosas						
15	Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones						
16	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo						
17	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro						

18	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí						
19	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad						
20	Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo						
21	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general						
22	Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen						
23	Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida						
24	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo						
25	En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida						
26	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza						
27	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos						
28	Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria						
29	No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida						
30	Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida						
31	En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo						
32	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí						
33	A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo						
34	No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está						
35	Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo						
36	Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona						
37	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona						
38	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento						
39	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla						

## BIBLIOGRAFIA

- Aguilar, M., Arangueren, M., & Branco, A. (2010). Adaptación argentina de la Escala de Malestar Psicológico de Kessler (k10). *Revista de psicología*, 28 (2), 310-340. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/1464/1411>
- Aguilar, S. (2005). Fórmulas para el cálculo de la muestra en investigaciones de salud. *Redalyc*, 11 (1-2), 333-338. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/487/48711206.pdf>
- Aragón , L. (2004). Fundamentos psicométricos en la evaluación psicológica. *Revista electronica de psicología Iztacala*, 7 (4), 23-43. Recuperado de <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol7num4/Art3-2005-1.pdf>
- Ardila, R. (2003). Calidad de vida: Una definición integradora. *Revista latinoamericana de psicología*, 35, (2), 161-164.
- Argibay, J. (2006). Técnicas psicométricas. Cuestiones de validez y confiabilidad. *Redalyc*, 8, 15-33. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3396/339630247002.pdf>
- Arias , G. (1991). La medición en psicología: una reflexión impostergable. *Revista cubana de psicología*, 8 (2-3), 93-100. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v8n2-3/02.pdf>
- Ballesteros, B. (2006). El bienestar psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá. *Scielo*. 5 (2), 239 - 258. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/647/64750204.pdf>

- Barra, E. (2011). Bienestar psicológico y orientación de rol sexual en adolescentes. *Pepsic*, 17 (1) 31-36. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v17n1/a04v17n1.pdf>
- Barrantes-Brais, K., & Ureña-Bonilla, P. (2015). Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricense. *Redalyc*, 17 (1), 101-123. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80242935006>
- Barrios, S., Urrutia, M., Gutiérrez, M., & Mayorga, M. (2014). Métodos óptimos para determinar validez de contenido. *Scielo*. 28 (3), 547-558. Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21412014000300014](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412014000300014)
- Benatuil, D. (2004). El bienestar psicológico en adolescente desde una perspectiva cualitativa. *Psicodebate*, (3), 43-58. Recuperado de <https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/psicodebate/article/view/502/297>
- Burgos, A. (2012). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico y su estructura factorial en universitarios chilenos. *Psicoperspectivas*. 11 (2), 143-163. Recuperado de [http://www.redalyc.org/pdf/1710/Resumenes/Resumen\\_171023938008\\_1.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/1710/Resumenes/Resumen_171023938008_1.pdf)
- Campo, A., & Oviedo, H. (2005). Aproximación al uso de coeficiente alfa de Cronbach. *Redalyc*, 34 (4), 572-580. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/806/80634409.pdf>
- Campo, A., & Oviedo, H. (2008). Propiedades psicométricas de una escala: la consistencia interna. *Revista de Salud Pública*, 10 (5), 831-839. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/422/42210515.pdf>

- Carrasco, A., Brustad, R., & García, A. (2007). Bienestar psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el deporte. *Redalyc*, 2 (2), 31-52. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3111/311126258003.pdf>
- Cazau, P. (2006). *Introducción a la investigación en ciencias sociales*. Buenos Aires : UNEX.
- CIA. (2013). *The world fact book*. Obtenido de <https://www.cia.gov/library/publications/the-world-factbook/geos/ec.html>
- Contreras, F., & Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: Una nueva perspectiva en psicología. *Scielo*, 2 (2), 311-319. Recuperado de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-99982006000200011&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-99982006000200011&script=sci_abstract)
- Corominas, E., Isus, S. (1998). Transiciones y orientación. *Revista de investigación educativa*, 16 (2), 155-184. Recuperado de <https://dugi-doc.udg.edu/bitstream/handle/10256/9841/TransicionesOrientacion.pdf?sequence=1> consultado
- Corral, Y. (2009). Validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación para la recolección de datos. *Revista ciencias de la educación*, 19 (33), 229 - 247. Recuperado de <http://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/n33/art12.pdf>
- Corral, Y. (2010). Diseño de cuestionarios para la recolección de datos. *Revista ciencias de la educación*, 20 (36), 152-168. Recuperado de <http://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/n36/art08.pdf>
- Cuadra, H., & Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: Hacia una psicología positiva. *Redalyc*, 12 (1), 83-96. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26400105>

- De la fuente, S. (2011). Componentes principales en economía. *Universidad autónoma de Madrid*, 1-32. Recuperado de <http://www.fuenterrebollo.com/Economicas/ECONOMETRIA/MULTIVARIANTE/ACP/ACP.pdf>
- Díaz, S., & Fernández, S. (2002). Investigación cuantitativa y cualitativa. *Complexo hospitalario-universitario Juan Canalejo*, (9), 76-78. Recuperado de [https://www.fisterra.com/mbe/investiga/cuanti\\_cuali/cuanti\\_cuali2.pdf](https://www.fisterra.com/mbe/investiga/cuanti_cuali/cuanti_cuali2.pdf)
- Fernández, M., González, H., & Pérez, M. (2013). Efecto del flujo y el efecto positivo en el bienestar psicológico. *Boletín de psicología*, (107), 71-90. Recuperado de <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N107-4.pdf>
- Gallardo, I., & Moyano-Díaz, E. (2012). Análisis psicométrico de las escalas de Ryff (versión Española) en una muestra de adolescentes chilenos. *Redalyc*, 11 (3) 931-939. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/647/64724634021.pdf>
- García, F. (2002). *El cuestionario*. sonora: Editorial Limusa.
- García-Alandete, J. (2014). Análisis factorial de una versión española del Purpose-In-Life Test, en función del género y edad. *Pensamiento Psicológico*, 12 (1), 83-98. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4773043>
- García-Viniegras, V., & González, I. (2000). El bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16 (6), 586-592. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v16n6/mgi10600.pdf>
- Godoy, D., & Martínez, A. (2008). La escala de balance afectivo. Propiedades psicométricas de un instrumento para la medida del afecto positivo y negativo en población española. *Clínica y salud*, 19 (2), 157-189. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180613875002>

- González, F. (2007). *Instrumentos de evaluación psicológica*. La Habana: Editorial Ciencias Médicas.
- González, R., Montoya, I., & Casullo, M. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Redalyc*, 14 (2), 363-368. Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=733>
- González, V., & Núñez, J. (2011). Propuesta de un modelo explicativo del bienestar psicológico en el contexto deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 20 (1), 223-242. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235119302016>
- Guitart, M. (2010). Los diez principios de la psicología histórico-cultural. *Fundamentos en humanidades*, 11 (22), 47-62. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/184/18419812003.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2003). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill Interamericana.
- Hervás, G., Gómez, D., Vázquez, C., & Rahona, J. (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la psicología positiva. *Anuario de psicología clínica*, (5), 15-28. Recuperado de [http://institucional.us.es/apcs/doc/APCS\\_5\\_esp\\_15-28.pdf](http://institucional.us.es/apcs/doc/APCS_5_esp_15-28.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2013). *Diseño de cuestionarios*. México : INEGI.
- Irrazabal, M. (2015). Estudio de las propiedades psicométricas de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en una muestra de estudiantes Argentinos. *Redalyc*, 9 (1), 73-83. recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/4595/459545409008.pdf>

- Malo, D. (2008). La medición en psicología como herramienta y como reflexión ética en el ejercicio del psicólogo. *Psicogente*, 11 (19), 46-51. Recuperado de <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/2688/2715>
- Martín, V. (2016). Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas en situación de desempleo. *Universidad de La Laguna*, 1-74. Recuperado de <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3815/BIENESTAR%20SUBJETIVO%2c%20BIENESTAR%20PSICOLOGICO%20Y%20SIGNIFICACION%20VITAL%20EN%20PERSONAS%20EN%20SITUACION%20DE%20DESEMPLEO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Molina, C., & Meléndez, J. (2006). Bienestar psicológico en envejecientes de la República Dominicana. *Geriátrika*, 22 (3), 97-105. Recuperado de <https://www.uv.es/melendez/envejecimiento/bienestar.pdf>
- Morales, P. (2007). La fiabilidad de los test y escalas. *Estadística aplicada a las ciencias sociales*. 3-37. Recuperado de <https://matcris5.files.wordpress.com/2014/04/fiabilidad-tests-y-escalas-morales-2007.pdf>
- Muñiz, J. (1998). La medición de lo psicológico. *Psicothema*, 10 (1), 1-21. Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=138>
- Muratori, M., Zubieta, E., Ubillos, S., & Gonzáles, J. (2015). Felicidad y bienestar psicológico: Estudio comparativo entre Argentina y España. *Psykhe*, 24 (2), 1-18. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/psykhe/v24n2/art03.pdf>
- Oramas, A., & Santana, S. (2007). El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. *Revistas medicas cubanas*, 7 (1-2), 34-39. Recuperado de <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/insat/rst06106.pdf>

- Papalia, D., Feldman, R., & Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano*. México: MCGraw Hill education.
- Páramo, M., & Strateniero, C. (2011). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10 (1), 7-21. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80124028001>
- Pérez, I. (2013). *Estudio cualitativo sobre el bienestar subjetivo y psicológico del voluntariado de cooperación internacional para el desarrollo*. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.
- Perpiñá, C. (2012). *Manual de la entrevista psicológica*. Madrid: Pirámide.
- Quero, M. (2010). Confiabilidad y coeficiente alfa de Cronbach. *Redalyc*, 12 (2), 248-252. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=99315569010>
- Rangel, J., Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Educere*, 14 (49), 266-277. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/356/35617102003.pdf>
- Reidl, L. (2013). Confiabilidad en la medición. *Investigación en educación médica*, 2 (6), 107-111. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3497/349733227007.pdf>
- Rodríguez-Carvajal, R., Díaz, D., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., & Van Dierendonck, D. (2010). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18 (3), 572-577. Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3255>
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social Psychology*, 57 (6), 1069-1081. Recuperado de

<https://pdfs.semanticscholar.org/7eb5/1dfece4f39df7c5c3aefa1276ae1116473a5.pdf>

Suárez, P. (2011). Población de estudio y muestra. *Asturias*, 1-36. Recuperado de [http://udocente.sespa.princast.es/documentos/Metodologia\\_Investigacion/Presentaciones/4\\_%20poblacion%26muestra.pdf](http://udocente.sespa.princast.es/documentos/Metodologia_Investigacion/Presentaciones/4_%20poblacion%26muestra.pdf)

Vallejo , P. (2012). Tamaño necesario de la muestra: ¿Cuántos sujetos necesitamos? *Estadística aplicada a las ciencias sociales*, 2-24. Recuperado de <http://www2.df.gob.mx/virtual/evaluadf/docs/gral/taller2015/S0202EAC.pdf>

Vázquez, C. (2009). Bienestar psicológico y salud: aportaciones desde la psicología positiva. *Anuario de psicología clínica y de la salud*, (5), 15-28. Recuperado de [http://institucional.us.es/apcs/doc/APCS\\_5\\_esp\\_15-28.pdf](http://institucional.us.es/apcs/doc/APCS_5_esp_15-28.pdf)

Vera-Villaroel, P., y Urzúa, A. (2006). Escala de bienestar de Ryff análisis comparativo de los modelos teóricos en distintos grupos de edad. *Scielo*, 26 (1), 106-112. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/prc/v26n1/12.pdf>

Zubieta, E., y Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones*, 12, 277-283. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3691/369139946018.pdf>

