

Universidad de Lima  
Facultad de Psicología  
Carrera de Psicología



# **PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DE LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

**Naomi Del Pilar Alvarez Solórzano**

**Código 20130049**

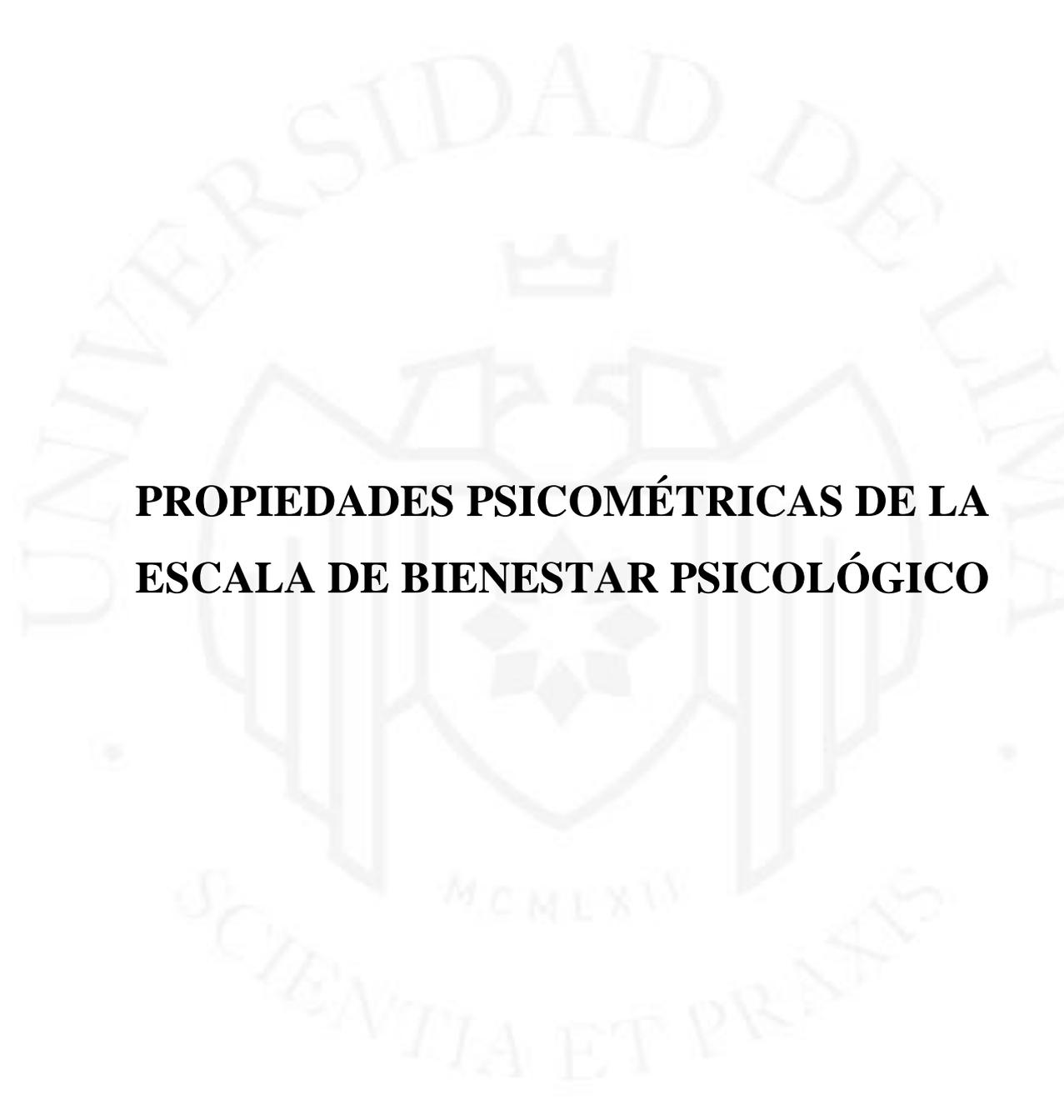
**Asesor**

**Andrés Alberto Burga León**

Lima – Perú

Noviembre de 2019



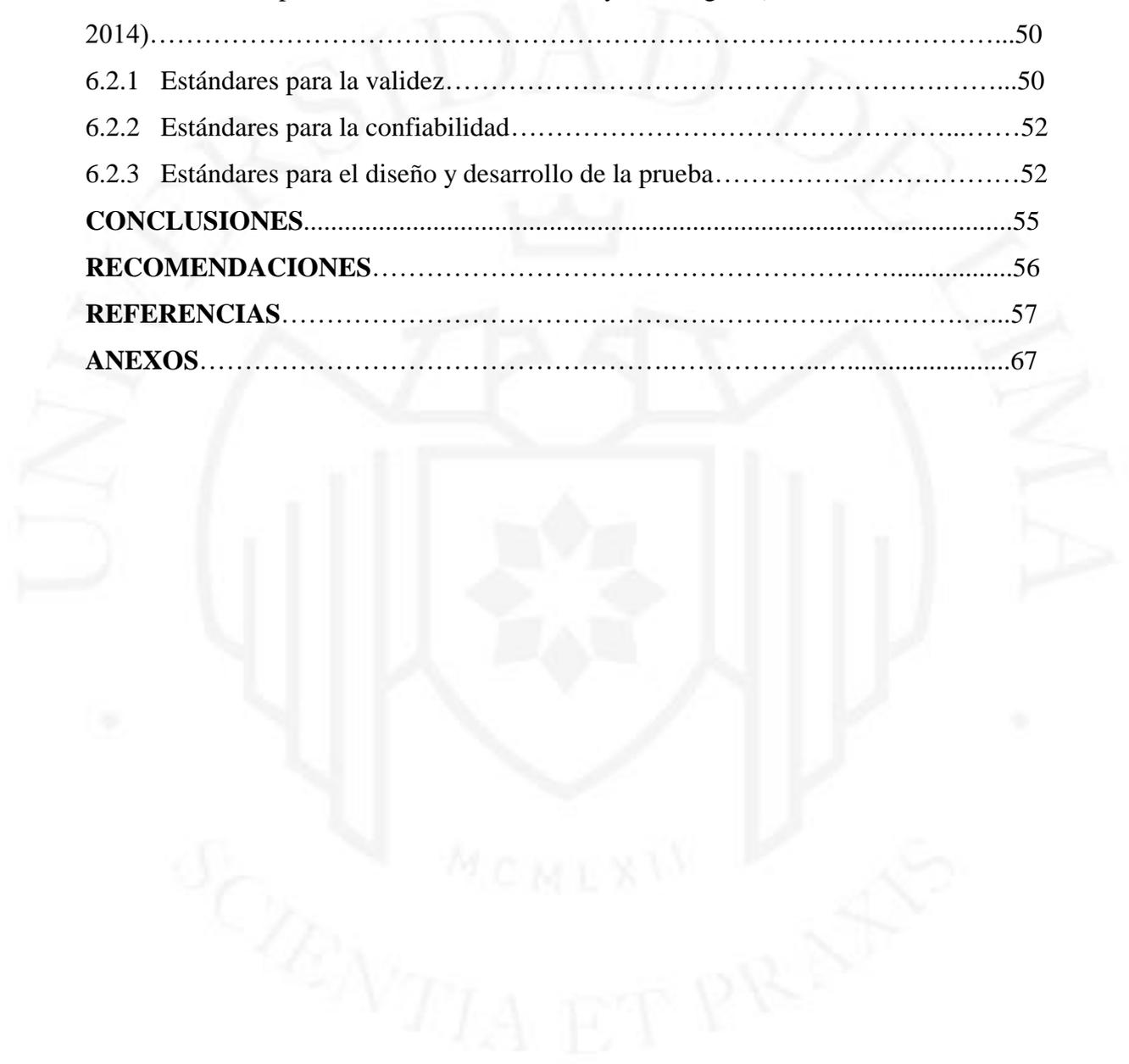


**PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DE LA  
ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO**

# TABLA DE CONTENIDO

<b>RESUMEN</b> .....	1
<b>CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	2
1.1. Descripción del problema.....	2
1.2. Justificación y relevancia.....	4
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b> .....	7
2.1. Conceptualización del constructo de bienestar .....	7
2.2. Perspectiva hedonista.....	7
2.3. Perspectiva eudaimónica.....	11
2.3.1. Teoría de bienestar de Ryff.....	12
2.3.1.1. Escala de Bienestar Psicológico de Ryff.....	13
2.3.1.2. Dimensiones del modelo de Ryff.....	14
2.3.1.3. Estudios psicométricos de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y versiones.....	16
<b>CAPÍTULO III: OBJETIVOS Y DEFINICIÓN DE VARIABLES</b> .....	23
3.1. Objetivos.....	23
3.2. Definición de variables.....	23
3.2.1. Bienestar psicológico.....	23
<b>CAPÍTULO IV: MÉTODO</b> .....	24
4.1. Tipo y diseño de investigación.....	24
4.2. Participantes.....	24
4.3. Técnicas de recolección de datos.....	28
4.3.1. Bienestar psicológico.....	28
4.4. Procedimiento de recolección de datos.....	29
<b>CAPÍTULO V: RESULTADOS</b> .....	30
5.1. Estadísticos descriptivos.....	30
5.2. Evidencias inferenciales.....	30
5.2.1. Estadísticos de validez vinculados al contenido.....	30
5.2.2. Evidencias de validez vinculadas a la estructura interna.....	36
5.2.3. Evidencias de confiabilidad de las puntuaciones mediante el método de consistencia interna.....	43

<b>CAPITULO VI: DISCUSIÓN</b> .....	44
6.1 Objetivos de la investigación y propiedades psicométricas de las Escalas de Bienestar Psicológico.....	44
6.2 Estándares para la Evaluación Educativa y Psicológica (AERA, APA, NCME, 2014).....	50
6.2.1 Estándares para la validez.....	50
6.2.2 Estándares para la confiabilidad.....	52
6.2.3 Estándares para el diseño y desarrollo de la prueba.....	52
<b>CONCLUSIONES</b> .....	55
<b>RECOMENDACIONES</b> .....	56
<b>REFERENCIAS</b> .....	57
<b>ANEXOS</b> .....	67



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 2.3.1.3.1. Puntajes directo, puntuaciones estándar y niveles de bienestar psicológico de la adaptación de Leal y Silva (2010).....	20
Tabla 4.2.1. Distribución de frecuencia de la muestra según edad (N = 397).....	25
Tabla 4.2.2. Distribución de frecuencia de la muestra según sexo, estados civil y grado de instrucción (N=397).....	26
Tabla 4.2.3. Distribución de frecuencia de la muestra según ocupación, lugar de nacimiento y distrito de residencia (N=397).....	27
Tabla 4.3.1.1. Distribución de los ítems de la Escala de Bienestar Psicológico de Díaz et al. (2006).....	28
Tabla 5.2.1.1. Coeficiente V de Aiken para los ítems de la Escala de Bienestar Psicológico.....	32
Tabla 5.2.1.2. Ítems modificados tras el proceso de criterio de jueces.....	35
Tabla 5.2.1.3. Distribución de los ítems de la Escala de Bienestar Psicológico de Díaz et al. (2006) tras el proceso de obtención de las evidencias de validez vinculadas al contenido.....	36
Tabla 5.2.2.1. Distribución de cargas factoriales de los ítems y su agrupación a una solución de 6 factores utilizando la rotación oblicua Promin.....	39
Tabla 5.2.2.2. Distribución de los 36 ítems agrupados en un solo factor.....	40
Tabla 5.2.2.2. Versión final de la estructura factorial de la Escala de Bienestar Psicológico.....	42

## ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1: Escala de Bienestar Psicológico.....	68
Anexo 2: Ficha consentimiento informado.....	69
Anexo 3: Ficha sociodemográfica.....	70
Anexo 4: Matriz de evaluación de criterio de jueces para la Escala de Bienestar Psicológico.....	71
Anexo 5: Permiso de uso de la Escala de Bienestar Psicológico.....	86
Anexo 6: Versión final de las Escalas de Bienestar Psicológico.....	87
Anexo 7: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de autoaceptación.....	89
Anexo 8: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de relaciones positivas.....	91
Anexo 9: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de dominio del entorno.....	93
Anexo 10: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de crecimiento personal.....	95
Anexo 11: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de autonomía.....	97
Anexo 12: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de propósito en la vida.....	99
Anexo 13: Análisis factorial de 35 ítems.....	101
Anexo 14: Análisis factorial de 32 ítems.....	102
Anexo 15: Análisis factorial de 31 ítems.....	103

## RESUMEN

Durante muchos años, la psicología se ha dedicado a estudiar aquello que se encuentra mal, débil y dañado; y se dejó de lado la idea de un individuo completo y la posibilidad de construir fortaleza en una persona (Seligman, 2002). Es a partir de esta realidad, en donde nace el constructo de bienestar psicológico. En el contexto peruano, hay ciertas pruebas que miden dicha variable; sin embargo, suelen ser muy largas para ciertos tipos de poblaciones. Es por ello, que la presente investigación tuvo como objetivo reportar las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológicas de Díaz et al. (2006) conformada por 29 ítems. La prueba fue aplicada a 397 personas residentes de Lima Metropolitana cuyas edades oscilan entre los 18 y 72 años de edad. Se proporcionan evidencias de validez vinculadas al contenido de la prueba a través de un criterio de jueces conformado por once expertos. A partir de la calificación dada por los jueces, se estimó el coeficiente V de Aiken de .70 como valor mínimo aceptable para cada ítem. Asimismo, se reportan evidencias de validez vinculadas a la estructura interna de la prueba, por medio del análisis factorial exploratorio utilizando el método ULS de Jöreskog (1977) para extraer el número de factores y el método de rotación oblicua Promin (Lorenzo-Seva, 1999). Luego de aplicar las estrategias mencionadas, se encontró una estructura unidimensional. Por último, se obtuvieron las evidencias de confiabilidad de las puntuaciones mediante el método de consistencia interna al obtener el coeficiente de omega de .96 y el error estándar de medición (EEM = .134)

Palabras clave: bienestar psicológico, propiedades psicométricas, evidencias de validez, confiabilidad.

# CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

## 1.1 Descripción del problema

Durante muchos años, la psicología se ha dedicado a estudiar a aquello que se encuentra mal y llegó a convertirse en una ciencia cuyo objetivo es curar. La idea de un individuo completo y la posibilidad de que la opción de construir fortaleza en una persona es el arma más potente en el arsenal de la psicoterapia se ha visto descuidada debido a lo patológico (Seligman, 2002). Ante ello, surgió la psicología positiva la cual ofrece una oportunidad para reorientar y reconstruir la visión que tenemos sobre la psicología a través de cambiar el punto de vista que se tiene sobre la salud psicológica; la adaptación y ajuste de la persona (Maddux, 2002). El bienestar psicológico es parte de esta corriente y hace referencia al realizar acciones de manera consistente a los potenciales personales, tomando en cuenta la identificación y desarrollo de las capacidades, la autorrealización toma importancia en el constructo de bienestar pues hace notar la naturaleza de una vida bien vivida (Huta y Waterman, 2013).

A partir del surgimiento de la psicología positiva, se ha empezado a estudiar el bienestar en diferentes ámbitos y grupos etarios. Por ejemplo, en un contexto hospitalario de relación atención-cuidado, se han realizado estudios sobre el impacto del bienestar en cuidadores primarios, en donde se ha encontrado que ciertos cuidadores pueden encontrar beneficios en las labores de cuidado, como por ejemplo, mayor crecimiento personal (Fernández-Lansac y Crespo, 2011; Haley, 2003; Morano, 2003). Este crecimiento personal y el desarrollo de las capacidades están incluidas dentro del constructo de bienestar psicológico, el cual es un indicador del funcionamiento positivo de la persona (Becerra y Otero, 2013). Según Ryff (1989), la tarea central de las personas es reconocer y realizar la totalidad de sus talentos, parte de dicho funcionamiento positivo. Por otro lado, Boyle, Buchman, Barnes y Bennett (2010) estudiaron la relación de la dimensión de propósito de vida (dimensión del bienestar psicológico) y el riesgo de incidencia de la enfermedad de Alzheimer en adultos mayores, en donde encontraron que un mayor nivel de propósito en la vida se

asocia con un riesgo sustancialmente reducido de dicha enfermedad, así como a padecer una manifestación pre clínica de la enfermedad de Alzheimer. Es decir, cuando una persona le otorga significado a las experiencias que ocurren en su vida y posee sentido de intencionalidad y dirección, tiene menos posibilidades de padecer una enfermedad degenerativa y menor tasa de riesgo de deterioro cognitivo en la vejez.

Contar con un instrumento psicológico que presente propiedades psicométricas satisfactorias para identificar y medir el bienestar psicológico es esencial para así seguir investigando el constructo dentro de diferentes contextos, tal como lo hicieron las autores de las investigaciones mencionadas anteriormente. Dentro de las pruebas que miden bienestar psicológico se pueden mencionar las siguientes: Escalas de Bienestar Psicológico para adultos y adolescentes (BIEPS-A y BIEPS-J) (Casullo, 2002; Casullo y Castro, 2000); Escala de bienestar psicológico (EBP) (Sánchez-Canovas, 1998), Escala de Bienestar Psicológico (Scales of Psychological Well-Being, SPWB) (Ryff, 1989) y la adaptación española de Díaz et al. (2006) (PWBS-E) del instrumento mencionado anteriormente que posee una versión extensa de 39 ítems y una versión corta de 29.

En el Perú, Cubas (2003) tradujo y validó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989) que contiene 84 ítems a través del análisis factorial de componentes principales, método que según Ferrando y Anguiano-Carrasco (2010) se utiliza para reducir el número de variables, mas no para estimar el modelo factorial de un instrumento. Además, presenta ciertas limitaciones como la sobreestimación de las cargas factoriales y la varianza explicada de cada factor. Por otro lado, Trujillo (2017) reportó evidencias de validez vinculadas a la estructura interna de la prueba a través del análisis factorial exploratorio, con una muestra de 100 personas, de la versión de Díaz et al. (2006) de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, versión abreviada con mejores evidencias de validez y puntuaciones más confiables, compuesta por 29 ítems. La autora utilizó el análisis paralelo (AP) para determinar el número de factores y la rotación varimax para la rotación de factores; sin embargo, existen otras estrategias más apropiadas como el método de ULS de Jöreskog (1977) recomendada por Ferrando y Lorenzo-Seva (2014) para correlaciones

policóricas y la rotación oblicua Promin (Lorenzo-Seva, 199) pues ofrece estructuras más simples (Domínguez y Merino, 2016).

En relación a la versión en español de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (PWBS-E) de Díaz et al. (2006), Domínguez-Lara y Navarro-Loli (2018) expresan que aún no hay información clara sobre la estructura interna del instrumento. Los autores analizaron 9 manuscritos que llevaron a cabo estudios analítico-factoriales sobre la versión mencionada donde encontraron limitaciones como: coeficientes de correlaciones inter factoriales altas ( $r > .80$ ) lo que puede sugerir la multicolinealidad y el problema de la poca delimitación conceptual de las dimensiones, el uso del coeficiente de alfa de cronbach y la no presencia del cumplimiento de las condiciones necesarias para su uso en algunas de las 9 investigaciones, el uso del análisis de componentes principales y la rotación varimax, omisión de la información sobre las cargas factoriales, entre otros.

La versión en castellano se encuentra validada a un contexto español; sin embargo, no se encontraron evidencias de validez adecuadas para las puntuaciones del instrumento para el contexto peruano debido a uso estrategias poco acertadas para tal fin. Ello resulta de una situación problemática para futuros investigadores que deseen trabajar con este constructo y su relación con otros estados psicológicos en la población peruana. Por lo tanto, el presente estudio plantea dar respuesta a la siguiente pregunta: ¿Cuáles son las propiedades psicométricas referidas a la confiabilidad de las puntuaciones y las evidencias de validez vinculadas a la estructura interna y de contenido de la versión en español de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (PWBS-E) de Díaz et al. (2006)?

## **1.2 Justificación y relevancia**

La importancia de la presente investigación, radica en que al estudiar el lado positivo de la persona, como efecto secundario, se podrá elegir mejores herramientas psicológicas y más pertinentes, con el fin de prevenir enfermedades tanto mentales como físicas. El efecto principal de ello, será el aprendizaje de la construcción de cualidades que puedan ayudar no solo a las

personas, sino a las comunidades no a sobrevivir o soportar ciertos aspectos, sino también a florecer (Seligman, 2002). Por ende, contar con un instrumento estandarizado con el cual se obtenga información de las puntuaciones de las dimensiones de la variable a estudiar, nos permitirá conocer aquellas que se encuentran disminuidas con el fin de proponer líneas de acción y actividades que puedan trabajarse en diferentes contextos donde los psicólogos puedan actuar.

Es por ello, que es relevante contar con un instrumento adaptado y con adecuados niveles de evidencias de validez y puntuaciones de confiabilidad que permita generar información para el estudio de dicho constructo y su relación con otras variables. En el Perú, Cubas (2003) obtuvo las propiedades psicométricas del instrumento de Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989) que contiene 84 ítems; sin embargo, esta versión puede llegar a ser muy extensa para ciertos contextos, como por ejemplo, en un ambiente hospitalario o en el trabajo con personas de la tercera edad.

Una opción ante dicha dificultad es la versión de Díaz et al. (2006) de la Escala de Bienestar Psicológico compuesta por 29 ítems, que muestran mayores niveles de evidencias de validez y puntuaciones más confiables. Trujillo (2017) obtuvo las propiedades psicométricas del instrumento a través de un análisis factorial exploratorio con una muestra de 100 personas, utilizando estrategias que podrían ser desplazadas por otras más pertinentes debido a las características del instrumento, como por ejemplo el método de ULS de Jöreskog (1977) recomendada por Ferrando y Lorenzo-Seva (2014) para correlaciones policóricas con el fin de obtener indicadores de bondad de ajuste correctos y no inflados. En adición, sería pertinente obtener las evidencias de validez vinculadas a la estructura interna y de contenido del instrumento, así como la confiabilidad de las puntuaciones en una muestra más grande, para disminuir la probabilidad de error, obtener estimaciones más precisas de la población y tener la oportunidad de generalizar los resultados (Treiblmaier y Filzmoser, 2010).

Se realizó una búsqueda exhaustiva en los repertorios de tesis de las diversas universidades peruanas Pontificia Universidad Católica del Perú [PUCP], Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas [UPC], Universidad de Lima [ULIMA], Universidad Ricardo Palma [URP], Universidad Nacional

Mayor de San Marcos [UNMSM], Universidad de San Martín de Porres [USMP], Universidad Peruana Cayetano Heredia [UPCH] y en el buscador web más utilizado a nivel mundial [Google] a con las siguientes palabras claves: escalas de bienestar psicológico, Ryff, propiedades psicométricas, Lima, Perú y no se encontraron otros estudios que evidencian la estandarización del instrumento dentro del contexto peruano.

Por otro lado, la obtención de adecuados niveles de evidencias de validez y puntuaciones de confiabilidad del instrumento ayudará a delimitar de manera conceptual los elementos principales dentro del constructo de bienestar psicológico. Según Huta y Waterman (2013) hay un interés para diferenciar la perspectiva hedónica y eudaimónica, diferentes enfoques que estudian el bienestar. Por un lado, las definiciones dadas por cada perspectiva difieren en categorías de análisis, mientras que otros estudios manifiestan que ambos enfoques se correlacionan formando un constructo único de bienestar. En relación a ello, Disabato, Goodman, Kashdan, Shor y Jarden (2016) manifiestan que estudiar la conceptualización de las dos perspectivas mencionadas como un factor de orden superior conformado por diferentes constructos de orden inferior sería más pertinente. Los autores expresan que se debe investigar sobre las variables agrupadas en el constructo de bienestar, en el caso de la presente investigación, ver cómo se estructuran en nuestro contexto los componentes principales de la propuesta de Ryff: autonomía, autoaceptación, relaciones positivas, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.

Finalmente, debido a lo mencionado anteriormente, la estandarización del instrumento propuesto permitirá proporcionar valor teórico al constructo de bienestar psicológico y líneas de acción e investigación desde nuestra realidad.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **2.1 Conceptualización del constructo de bienestar**

La psicología positiva plantea que la psicología no es solo el estudio de la enfermedad, debilidad y daño; sino también, se debe enfocar en la fuerza y la virtud de la persona. Por ende, el tratamiento debe construir aspectos positivos y no solo tratar de arreglar lo que está mal (Seligman, 2002). A partir de este contexto, se inicia una serie de interés hacia el estudio del concepto de bienestar en el individuo.

El constructo de bienestar se ha visto estudiado a partir de dos corrientes: desde la perspectiva hedonista (bienestar subjetivo) y la perspectiva eudaimónica (bienestar psicológico), cada una con características y componentes de análisis distintos. Ambos enfoques se esfuerzan en responder preguntas de carácter filosófico en relación a la naturaleza una buena vida o una vida bien vivida (Huta y Waterman, 2014). Sin embargo, a pesar de ambas perspectivas de estudio, Gancedo (2008) manifiesta que la psicología positiva aún es una construcción poco unificada y coherente que no logra organizar, sistematizar y guiar el conocimiento acerca del bienestar. A continuación se desarrollara con mayor detalle cada una de las corrientes mencionadas.

### **2.2 Perspectiva hedónica**

Durante los años, filósofos y religiosos han sugerido que diversas características, tales como el amor, la sabiduría y el no apego son elementos esenciales para el desarrollo de una vida llena de sentido. Asimismo, se propuso que la presencia de placer o ausencia de malestar o dolor eran piezas claves para determinar que uno estaba viviendo una buena vida. En adición, un concepto clave dentro aquellas características para determinar una buena vida, es la felicidad, la cual desde esta perspectiva equivale a placer, confort y disfrute. (Delle Fave, Massimini y Bassi, 2011; Diener et al., 2009).

Como base filosófica, el trabajo de Epicuro y su definición de hedonismo han creado los cimientos para esta perspectiva. En una primera instancia, se pensaba que Epicuro se refería a la felicidad como la búsqueda, por parte de la persona, de placer y evitación o minimización del dolor. Luego, se vio que a lo que se refería el autor era a la habilidad de las personas en mantener un balance y serenidad tanto en tiempos placenteros como en contextos desafiantes (Delle Fave et al., 2011).

A partir de lo mencionado anteriormente, desde la perspectiva hedonista, el estudio del bienestar subjetivo hace referencia a la evaluación que realiza un individuo, tanto de manera cognitiva como afectiva, de su vida. Dicha evaluación, incluye el análisis de la experiencia emocional que emerge tras eventos o circunstancias de la vida, así como juicios cognitivos de satisfacción con la vida y la salud (Diener et al., 2017). Los autores manifiestan que, en la actualidad, el constructo de bienestar subjetivo no hace referencia a la felicidad en sí, pues el término incluye muchos significados; si no, se refiere a las diferentes maneras de evaluación que tienen una persona sobre su vida o su experiencia emocional, como satisfacción, afectos negativos y positivos. Para Huta (2016), la perspectiva hedónica del bienestar nos hace conectar con una necesidad emocional y genuinamente intensa que ayuda a la persona a llenarse de experiencias y memorias placenteras. Asimismo, permite el poder manifestar y conocer las emociones que pueden aparecer, lo cual es necesario para el cuidado personal. La autora manifiesta que se necesita una conexión a un nivel mucho más emocional con la vida.

Desde la perspectiva hedonista, teniendo como base la felicidad como el producto de aquella evaluación de la experiencia personal en una primera instancia, se han desarrollado ciertos instrumentos para evaluar el bienestar subjetivo. En primer lugar, se encuentra el Oxford Happiness Inventory (OHI) creado por Argyle, Martin y Crossland (1989) constituido por 29 ítems. En segundo lugar, Hills y Argyle (2002) realizaron mejoras en el instrumento mencionado anteriormente y lo denominaron Oxford Happiness Questionnaire (OHQ), el cual se encuentra compuesto por 29 ítems con un formato de respuesta de tipo Likert de 6 escalas. En tercer lugar, se encuentra la Escala de satisfacción con la vida (Satisfaction with life scale – SWLS) creada por Diener,

Emmons, Larsen y Griffin (1985), una escala constituida por 5 ítems. A nivel del idioma español, Sánchez-Canovas (1998), creó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP), con el fin de evaluar el grado de bienestar general de una persona según la información subjetiva acerca de su nivel de satisfacción en los distintos ámbitos de su vida, este instrumento compuesto por 65 ítems e incluye 4 subescalas: bienestar psicológico subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y relaciones con la pareja.

Dentro del contexto peruano, Alarcon (2006), desarrolló la Escala de Felicidad de Lima (EFL), compuesta por 27 ítems con formato de respuesta de una escala de tipo Likert de 5 niveles, que va desde 1 (*totalmente en desacuerdo*) a 5 (*totalmente de acuerdo*). Dicho instrumento, para el proceso de creación, obtención de evidencias de validez y confiabilidad y de estructura interna, se aplicó a 709 estudiantes universitarios de entidades públicas y privadas de Lima cuyas edades oscilaban entre los 20 y 35 años. El autor encontró un coeficiente de confiabilidad de alfa de Cronbach de .916. Para obtener las evidencias de validez, realizó un análisis factorial de componentes principales que identificó cuatro factores subyacentes, en donde el primer componente explica el 31.82% de la varianza, mientras que todos los componentes explican el 49.79% de la varianza total. Además, sometió a las puntuaciones de la Escala de Felicidad a una correlación con dos instrumentos: Inventario de Personalidad de Eysenck, EPI de Anicama (1985) y Escala de Afectos Positivos y Negativos de Alarcón (2003), en donde se encontraron correlaciones positivas y significativas entre felicidad y las variables de extraversión y afectos positivos; así como, correlaciones negativas y significativas entre felicidad y las variables de neuroticismo y afectos negativos.

Por otro lado, teniendo como base la multidimensionalidad del bienestar subjetivo conformado por satisfacción con la vida, afecto positivo y negativo de Diener et al. (2017) se han creado instrumentos para medir dichos constructos, los cuales, los autores manifiestan que dentro de un análisis factorial son separables y tienen asociaciones distintas con otras variables; por ende pueden ser evaluados por separado. En primer lugar, en relación al constructo de satisfacción con la vida se creó la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS) (Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985) que contiene 5 ítems cuyo contenido

hace referencia al juicio que tienen las personas sobre su vida de manera global. El formato de respuesta era de una escala de tipo Likert de 7 niveles, que va desde 1 *totalmente en desacuerdo* a 7 *totalmente de acuerdo*. En segundo lugar, en relación a los afectos negativos y positivos, surgen dos instrumentos principales: Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) de Watson, Clark y Tellegen (1988) y la Escala de la experiencia positiva y negativa (SPANE) de Diener et al. (2010). El PANAS cuenta con 20 ítems, 10 de ellos evalúan afecto negativo y los otros 10 el afecto positivo, y recoge la frecuencia en que las personas experimentan dichos afectos en un intervalo de tiempo (Gargurevich y Matos, 2012).

En el Perú, los autores mencionados anteriormente exploraron las propiedades psicométricas del instrumento en una muestra total de 464 estudiantes universitarios, los cuales separaron en dos grupos. Los investigadores evaluaron la evidencia de validez vinculada a la estructura interna a través de un análisis factorial confirmatorio, mientras que la evidencia de confiabilidad de las puntuaciones mediante el método de consistencia interna se evaluó con el coeficiente de alfa de Cronbach. Los resultados arrojan que el modelo de dos factores correlacionados es el que se ajusta mejor: en la muestra 1 ( $RMSEA = .068$ ,  $CFI = .97$ ,  $AIC = 938.97$ ) y en la muestra 2 ( $RMSEA = .079$ ,  $CFI = .96$ ,  $AIC = 918.31$ ), asimismo, los coeficientes de confiabilidad fueron de .86 y .90 para las escalas de afecto positivo y negativo respectivamente, en la muestra 1, mientras que para la muestra 2 fueron de .89 y .90.

Luego de algunos años, Diener et al. (2009) indican que ambas corrientes se encuentran relacionadas la una con la otra y deben evaluarse de manera separada para obtener una visión general. Ante ello, Diener et al. (2010) plantean una nueva escala que incluye una escala de florecimiento (*flourishing*) y otra que mide tanto afectos negativos como positivos (*Scale of Positive and Negative Experience*). La primera escala, describe importantes aspectos del funcionamiento humano, desde relaciones positivas, sentimientos de competencia hasta el propósito y sentido de vida. Esta dimensión se ve evaluada a través de 8 ítems en donde la persona debe contestar, en una escala Likert del 1 al 7 si se encuentra totalmente en desacuerdo o totalmente de acuerdo. Por otro lado, la escala de experiencia positiva y negativa (SPANE), consta de 12 ítems

(6 ítems para cada experiencia emocional) en donde se incluyen sentimientos generales tanto positivos como negativos, incluyendo aquellos que pueden tener etiquetas únicas en ciertas culturas.

Dicho instrumento, fue validado y adaptado por Cassaretto y Martínez (2017) en una muestra de 656 estudiantes entre 17 y 30 años de una universidad privada de Lima. En dicha investigación, se encontraron coeficientes de confiabilidad de .89 para la escala de florecimiento, .91 y .87 para las escalas de afecto positivo y negativo respectivamente. El análisis factorial exploratorio mostró la presencia de un solo factor para la Escala de Florecimiento que explica el 56.82% de la varianza; así como para la dimensión de afectividad positiva y negativa en donde se encontró un factor con una varianza explicada de 64.49% y 61.56% para cada dimensión respectivamente. Además, con respecto a las evidencias de validez basada en la relación con otras variables, las dimensiones de las escalas fueron sometidas a una correlación con las puntuaciones de los siguientes instrumentos: Test de Orientación Vital Revisado (LOT-R) de Scheier, Carver y Bridges (1994) en la versión en español de Otero, Luengo, Romero, Gómez-Fraguela y Castro (1998), la Escala de Afectividad positiva y negativa (PANAS) de Watson, Clark y Tallengen (1988) adaptada al español por Robles y Páez (2003), Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) de Pavot y Diener (1993) y Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) de Casullo (2002), en donde se encontraron correlaciones directas con el aspecto de florecimiento con el afecto positivo e inversas con el afecto negativo.

### **2.3 Perspectiva eudaimónica**

Desde la perspectiva eudaimónica, el concepto de bienestar reside en la formulación que posee Aristóteles sobre la meta del ser humano, el cual no es la felicidad, sino, realizar actividades en relación a los valores de cada uno para poder alcanzar lo mejor que existe en cada persona y vivir con el máximo potencial personal. Por ende, el enfoque eudaimónico incluye tanto búsqueda como resultado (Disabato et al., 2016; Ryff, 2014; Huta y Waterman, 2013).

Por otro lado, dos filósofos utilitaristas con visiones sobre la felicidad alineadas con la perspectiva de Aristóteles fueron también guías para lo

eudaimónico. En primer lugar, John Stuart Mill (1989) expresaba que la felicidad era el resultado de realizar actividades importantes. En segundo lugar, Bertrand Russell (1958) manifestaba que la felicidad no es algo que nos pasa, sino algo por la cual tenemos que luchar, él posee dos elementos centrales: el estar interesado y comprometido con la vida (zest) y tener relaciones significativas con los demás (affection). Las ideas de ambos filósofos se asemejan a la idea de Aristóteles del camino para encontrar la felicidad requiere vivir una vida virtuosa (Ryff, 2016).

Las ideas centrales del enfoque eudaimónico son el ser virtuoso y crecer, ello implica el estudiar tanto los aspectos que hacen que la persona viva y el contexto en el que individuo se desarrolla; por ende, las investigaciones tienen que ir en torno a analizar aquellos factores que pueden impactar en lo eudaimónico tanto en lo personal como en una comunidad, así como aquellos elementos que nutren a la persona de experiencias que la pueden llevar a la autorrealización, encontrar un propósito y vivir una vida con sentido (Ryff, 2018).

La perspectiva eudaimónica del bienestar es importante porque permite a las personas guiar sus actividades en sintonía con lo que les brinda sentido y valor para sus vidas. Asimismo, facilita que los individuos puedan seguir creciendo a través del aprendizaje, logros, progreso y desarrollo de habilidades (Huta, 2016).

### **2.3.1 Teoría de bienestar de Ryff**

Ryff (2016) manifiesta que un problema central en la investigación sobre el bienestar psicológico, era la poca articulación que había sobre las características del funcionamiento óptimo de la persona, así como la falta de traducción empírica sobre ello. Por ende, la autora une los conceptos de ciertas teorías de otros psicólogos clínicos, existencialistas y humanistas para consolidar en el campo de la psicología un fundamento teórico sobre el bienestar psicológico. Las teorías subyacentes son las siguientes: autorrealización (Maslow), el funcionamiento óptimo de la persona (Rogers), individualidad (Jung), maduración (Allport), salud mental (Jahoda), crecimiento personal (Erikson),

procesos ejecutivos de la personalidad (Neugarten), búsqueda de sentido (Victor Frankl) y tendencias básicas de la vida (Bühler).

A partir de lo mencionado anteriormente, Ryff (1989) define el bienestar como una consecuencia de un funcionamiento psicológico óptimo; es decir deja de lado los elementos no hedónicos (Vázquez y Hervás, 2009). Pone en juicio los estudios clásicos sobre el bienestar, pues desplazan aspectos como la autorrealización o el funcionamiento mental óptimo y se centran en malestar o trastornos psicológicos. Asimismo, manifiesta que el bienestar es un constructo más amplio que la simple estabilidad de las emociones positivas a lo largo del tiempo, es decir, va más allá de la felicidad y se evalúa a partir del resultado logrado de una determinada forma de haber vivido (Schumutte y Ryff, 1997; Ryff y Keyes, 1995).

#### **2.3.1.1 Escala de Bienestar Psicológico de Ryff**

Ryff (1989) sugiere un modelo multidimensional de bienestar psicológico compuesto por seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. A partir de estas dimensiones, desarrolló la Escalas de Bienestar Psicológico (Scales of Psychological Well-Being, SPWB).

En primer lugar, se definieron de manera teórica las 6 dimensiones y se generaron 80 ítems por cada una de estas. En segundo lugar, los ítems fueron evaluados en función de su ambigüedad y su ajuste a la definición de la escala. A partir de ello, se seleccionaron 32 ítems por escala, los cuales se aplicaron en un estudio piloto a una muestra de 321 adultos. Al finalizar dicho análisis, se eliminaron 12 ítems de cada escala y el instrumento finalizó con 20 ítems por dimensión, es decir, 120 en total.

Debido a la longitud del instrumento, se han realizado diferentes versiones abreviadas: Ryff, Lee, Essex y Schumutte (1994), realizaron una versión de 14 ítems por escala; Ryff y Keyes (1995), una de 3 ítems por escala; Keyes, Ryff y Shmotkin (2002) otra de 9 ítems por dimensión; Van Dierendonck (2004), propuso una versión compuesta por 39 ítems y finalmente, Díaz et al. (2006) desarrollaron 29 ítems en total para la escala. Estos últimos

autores, adaptaron el instrumento a la población española con una muestra de 467 personas con edades comprendidas entre 18 y 72 años. Con el fin de mejorar las propiedades psicométricas de las escalas, desarrollaron una nueva versión reducida de 29 ítems. En cuanto a los niveles de confiabilidad, se obtuvieron alfas de Cronbach de 0.84 a 0.70.

En adición, el instrumento ha dado pase, dentro del contexto latinoamericano, a la elaboración de una nueva prueba para la medición del bienestar psicológico en adolescentes denominado Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) por Casullo y Castro (2000) bajo la propuesta teórica de Ryff. Esta escala se encuentra compuesta por 4 dimensiones: control de situaciones, vínculos, proyectos y aceptación de sí. Cuenta con 13 ítems con un formato de respuesta de 3 opciones (*de acuerdo, ni de acuerdo ni en desacuerdo, en desacuerdo*). Luego, Casullo (2002) elabora otra escala destinada para evaluar el constructo en población adulta denominada BIEPS-A, el cual posee la misma estructura que la escala destinada a la población adolescente.

### **2.3.1.2 Dimensiones del modelo de Ryff**

Ryff (2014) crea un modelo multidimensional conformado por seis dimensiones. En primer lugar, la autoaceptación, evalúa el nivel de conciencia y aceptación de los valores personales y de las limitaciones que posee uno mismo. Se considera el eje central de la salud mental, el funcionamiento positivo y madurez. Una puntuación elevada en esta dimensión, expresa que una persona posee una aceptación positiva frente a su persona, sus conocimientos y se acepta de manera general, tanto con sus fortalezas como con sus debilidades. Una puntuación baja, hace referencia a una persona que experimenta sentimientos de insatisfacción y decepción con lo que ha acontecido en su vida; así como, deseos de ser diferente.

En segundo lugar, relación positiva con los otros, se refiere a la capacidad de mantener relaciones cercanas con los demás, teniendo como base la confianza y la empatía; se relaciona también con el nivel de preocupación por el bienestar de los demás. La habilidad para amar es vista como un componente

central de la salud mental. Por ende, las personas que tengan puntuaciones elevadas en dicha dimensión son personas con elevada capacidad de ponerse en el lugar de los demás, afecto e intimidad y entienden el dar y recibir de las relaciones humanas; por el contrario, aquellas con niveles bajos, poseen pocas relaciones cercanas con los demás, se les dificulta ser cálidos, abiertos y preocupados con los demás; además, se sienten frustrados en las relaciones interpersonales por lo que no mantienen vínculos significativos con los otros, les cuesta relacionarse con los demás en un nivel más profundo.

En tercer lugar, la autonomía, es la dimensión que tiene que ver con el grado en que las personas mantienen su independencia y autoridad personal; implica la autodeterminación y la capacidad para resistir a las presiones sociales. Puntuaciones altas en esta dimensión, hacen referencia a una persona determinada e independiente, capaz de resistir a las presiones sociales (al momento de pensar y actuar) de regular su comportamiento a través de un locus de control interno y se evalúa a partir de estándares personales, más no colectivos. Por el contrario, una persona que saca puntuaciones bajas, se mantiene pendiente de las expectativas y evaluaciones de los demás, toma decisiones según juicios externos y moldea su manera de pensar y actuar según las demandas sociales.

En cuarto lugar, manejo del ambiente, hace referencia a la capacidad de la persona para crear o seleccionar entornos que le favorezcan a satisfacer sus deseos y necesidades personales. Ello se logra a partir de actividades físicas o mentales en relación a los valores y necesidades, utilizando de manera efectiva las oportunidades del contexto. Por el contrario, puntuaciones bajas, expresan dificultades para manejar los asuntos que ocurren en el plano cotidiano, incapacidad para cambiar o mejorar su contexto, poca conciencia de las oportunidades del entorno, dejando pasar las oportunidades del ambiente.

En quinto lugar, el sentido en la vida o propósito en la vida, es la dimensión que describe la capacidad para tener metas en la vida y un sentido de direccionalidad; así como, otorgarle un sentido tanto a lo que se está viviendo como a lo que ya ocurrió. Además, hace referencia al tener fines y objetivos para la vida. De manera contraria, una persona que con puntuaciones bajas denota una carencia de sentido de significado hacia la vida, posee pocas metas, así

como, direccionalidad frente a su historia, no ve el pasado como algo que obtenga un propósito y le cuesta tener un panorama o creencias que le dé a su vida un sentido.

Por último, la dimensión de crecimiento personal, alude al proceso de la persona del desarrollo de su potencial, a través de nuevas experiencias y mejoras constantes. Una persona que obtiene puntuaciones altas tiene sensación de continuo desarrollo, se ve como alguien que crece y se expande, se encuentra abierta a nuevas experiencias; por lo que observa progreso tanto en su forma de ser y en sus comportamientos a lo largo del tiempo, a partir de ello, refleja mayor efectividad y conocimiento de sí mismo. Al contrario, puntuaciones bajas expresan una sensación de estancamiento personal, carencia de sentido de que están mejorando a través del tiempo; por ende, se sienten incompetentes para desarrollar nuevas actitudes o comportamientos; así como, aburridos y desinteresados por lo que están viviendo y lo viene en un futuro.

En conclusión, Ryff sostiene un modelo multidimensional del bienestar psicológico conformado por seis dimensiones: autoaceptación, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, relaciones positivas y crecimiento personal. Manifiesta que las propiedades psicométricas de la escala han sido estudiadas con detenimiento y aún seguirán en análisis; sin embargo, las preocupaciones en torno a ciertas limitaciones psicométricas que pueden encontrarse en diversos estudios no han detenido que el instrumento sea utilizado pues ha sido traducido a más de 30 idiomas. Expresa también que se debe alcanzar un balance entre la longitud de la escala y el objetivo de una profunda medición para asegurar la credibilidad de la evaluación de las 6 dimensiones propuestas del bienestar psicológico (Ryff, 2014)

### **2.3.1.3 Estudios psicométricos de la Escala de Bienestar de Ryff y versiones**

A partir del desarrollo de la versión en español de la Escala de Bienestar Psicológico (PWBS-E) de Díaz et al. (2006) se han realizado diversos estudios factoriales para obtener información de la estructura interna de la prueba. En Argentina, Aranguren e Irrazabal (2015) estudiaron las propiedades psicométricas del instrumento mencionado en una muestra de 386 estudiantes de

Buenos Aires cuyas edades oscilan entre los 19 y 35 años. El análisis factorial de componentes principales mostró la presencia de 3 factores que explicaban el 48% de la varianza: autonomía (6 ítems), relaciones positivas (6 ítems) y un nuevo factor denominado competencia compuesto por 6 ítems que antes estaban incluidas en las dimensiones de dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida. En relación a la dimensión de autoaceptación, ningún ítem integró la nueva versión propuesta.

Asimismo, en España, Freire, Ferradás, Núñez y Valle (2017) realizaron el análisis de la estructura factorial del instrumento de Díaz et al. (2006), mediante un análisis factorial confirmatorio, en una muestra de 1 402 estudiantes universitarios con edades comprendidas entre los 18 y 48 años. A partir de dicho análisis, la investigación sugiere que la estructura de 4 factores (autoaceptación, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal) es la que presenta un mejor ajuste, y representa de mejor manera el bienestar psicológico. Sin embargo, los resultados no permiten concretar si el constructo se encuentra mejor representado por una estructura de 4 factores de primer orden sin constructos latentes o si es debido a la variabilidad de dichos factores explicada por un factor general de segundo orden.

Por otro lado, en el contexto peruano, Cubas (2003) tradujo y validó la versión Ryff et al. (1994) de 84 ítems en una muestra de estudiantes universitarios entre 18 y 31 años de edad. El análisis factorial de componentes principales mostró la presencia de un factor que agrupaba a las 6 subescalas y que explicaba el 64.1% de la varianza. En relación a la confiabilidad de la escala en general, se obtuvo un alfa de Cronbach de .89. En cuanto a las dimensiones se obtuvieron índices de confiabilidad por encima de .78. (.79 para Autonomía, .80 para Relación con Otros, .80 para Manejo del Ambiente, .78 para Crecimiento Personal, .82 para Sentido de Vida y .87 para Autoaceptación). A partir de allí, dicha versión ha sido utilizada en distintos tipos de poblaciones: practicantes de yoga (Chávez, 2008), practicantes de danza contemporánea (Meza, 2010), alumnos de MBA (Pardo, 2011) y mujeres privadas de su libertad (Guimet, 2011).

En adición, Trigoso (2012) utilizó la versión española de Díaz et al. (2006) debido a la longitud del instrumento (29 ítems) y por las características

de su población (pacientes oncológicos). Además, con el objetivo de facilitar la comprensión de ítems en la población peruana y de manera particular, a los participantes de su investigación, realizó una evaluación lingüística de los mismos; así como, de contenido por especialistas en el tema para poder conservar la coherencia articulada por la teoría. Asimismo, colocó sobre las seis opciones de respuesta, dos categorías que incluyeran: “desacuerdo” y “de acuerdo”. También, obtuvo los índices de confiabilidad de alfa de Cronbach para cada una de las escalas; así como, la correlación ítem-test, en donde solo las escalas de Relaciones positivas ( $\alpha = .63$ ) y Propósito en la vida ( $\alpha = .64$ ) tuvieron valores aceptables. Los índices de las demás escalas fueron los siguientes: autoaceptación ( $\alpha = .57$ ), crecimiento personal ( $\alpha = .50$ ), autonomía ( $\alpha = .55$ ) y manejo del ambiente ( $\alpha = .25$ ). Seguidamente, obtuvo la confiabilidad de la escala en general, el cual fue un alfa de Cronbach de .82.

Asimismo, Trujillo (2017) utilizó dicho instrumento en una muestra de 100 voluntarios, mayores de 18 años, de establecimientos hospitalarios de Lima con la finalidad de analizar la relación existente entre la regulación emocional y el bienestar psicológico. En dicha investigación, la autora realizó un análisis factorial exploratorio del PSWB-E, en donde encontró que los ítems se agrupaban en 4 factores que en conjunto explicaban el 55.43% de la varianza total explicada. Los resultados describen que las dimensiones de autoaceptación y propósito en la vida se juntaron creando un solo factor, tal como lo hicieron los componentes de autonomía y crecimiento personal, los otros dos factores extraídos fueron relaciones positivas y dominio del entorno. En relación a los índices de confiabilidad, se obtuvieron los siguientes alfas de Cronbach por factor: .89 para relaciones positivas (correlación ítem-test de .62 a .86), .87 para autonomía/propósito en la vida (correlación ítem-test de .35 a .87), .82 para autonomía/crecimiento personal (correlación ítem-test de .46 a .73) y .66 para el factor dominio del entorno (correlación ítem-test de .22 a .60).

Otros autores que utilizaron el instrumento de Díaz et al. (2006) para relacionar el bienestar con otras variables son los siguientes: Sánchez (2015) optó por estudiar el constructo planteado en mujeres con cáncer de mama post-tratamiento quirúrgico. Por otro lado, Arellano (2011) usó la misma versión con el fin de examinar la relación entre la identidad social, el bienestar subjetivo,

bienestar psicológico y el bienestar social en una comunidad rural en la provincia de Chepén, La Libertad, la muestra estuvo conformada por 31 hombres y 49 mujeres. Por último, el instrumento ha sido utilizada en otros tipos de poblaciones: madres con niños con TEA (Casimiro, 2016) y adultos mayores (Vargas y Vargas, 2017).

Se encontraron también dos estudios realizados en Cajamarca, Perú. En primer lugar, Leal y Silva (2010) obtuvieron las evidencias de validez vinculadas al contenido y de la estructura interna, así como evidencias de confiabilidad de las puntuaciones mediante el método de consistencia interna de la versión en castellano de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff de Van Dierendonck (2004) en una muestra de 1 588 estudiantes de nivel secundario pertenecientes tanto a colegios estatales (64.2%) y privados (35.8%). En una primera instancia, se realizó una prueba piloto a 50 estudiantes de primero a quinto de secundaria de la prueba conformada por 39 ítems y un formato de respuesta de tipo Likert comprendidos entre 1 y 6, donde 1 es *totalmente en desacuerdo* y 6 *totalmente de acuerdo*. Luego, eliminaron ítems y modificaron el contenido de algunos reactivos para un mayor entendimiento, por lo que quedaron 32 ítems y crearon un nuevo formato de respuesta con 4 opciones, donde 1 es *siempre* y 4 *nunca*. Seguidamente, aplicaron el instrumento final en la muestra total y realizaron un análisis de componentes principales con rotación varimax en donde se halló una solución de 8 factores que explican el 47% de la varianza total. Los autores señalan que los 8 factores hallados se adecúan a las seis dimensiones propuestos por Ryff (2014) y las ubican de la siguiente manera: dominio del entorno (1er factor), autoaceptación (2do factor), propósito en la vida (3er factor), relaciones positivas (4to factor), autonomía (5to y 6to factor) y crecimiento personal (7mo y 8vo factor). En relación a la confiabilidad de escala en general, se obtuvo un alfa de Cronbach de .82, mientras que los índices de confiabilidad de alfa de Cronbach de las dimensiones fueron las siguientes: .646 para autoaceptación, .558 para relaciones positivas, .376 para autonomía, .425 para dominio del entorno, .515 para propósito en la vida y .395 para crecimiento personal.

En adición, los autores obtuvieron puntajes directos, puntuaciones estándar y niveles de bienestar psicológico (muy bajo, bajo, promedio, alto y

muy alto) para la prueba total, así como, para cada dimensión. En la tabla 2.3.1.3.1 se presentara lo mencionado

Tabla 2.3.1.3.1

Puntajes directo, puntuaciones estándar y niveles de bienestar psicológico de la adaptación de Leal y Silva (2010)

Escala	PD	Puntuación Z derivada	Nivel
Total	79 a menos	30 a menos	Muy bajo
	80 - 90	31 - 39	Bajo
	91 - 110	40 - 60	Promedio
	111 - 119	61 - 70	Alto
	120 a más	71 a más	Muy alto
Autoaceptación	17 a menos	40 a menos	Bajo
	18 - 22	41 - 60	Promedio
	23 y más	61 a más	Alto
Relaciones positivas	14 a menos	40 a menos	Bajo
	15 - 18	41 - 69	Promedio
	19 a más	61 a más	Alto
Autonomía	11 a menos	40 a menos	Bajo
	12 - 16	41 - 69	Promedio
	17 a más	61 a más	Alto
Dominio del entorno	15 a menos	40 a menos	Bajo
	16 - 20	41 - 69	Promedio
	21 a más	61 a más	Alto
Propósito de vida	14 a menos	40 a menos	Bajo
	15 - 18	41 - 69	Promedio
	19 a más	61 a más	Alto
Crecimiento personal	14 a menos	40 a menos	Bajo
	15 - 18	41 - 69	Promedio
	19 a más	61 a más	Alto

En base al estudio mencionado anteriormente, Briones (2018) obtuvo las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff teniendo como base la investigación de Leal y Silva (2010) en una muestra de 723 estudiantes de nivel secundario de colegios estatales y privados de Cajamarca, cuyas edades oscilan entre los 12 y 18 años. Esta investigación tuvo dos fases. En primer lugar, realizó un análisis factorial exploratorio de la Escala

de Bienestar Psicológico de 32 ítems adaptada por Leal y Silva (2010) en una muestra de 1 593 adolescentes. El resultado de dicho análisis describe 8 factores que explican al 47% la varianza total explicada, a la hora de hacer uso del análisis de componentes principales y el método de rotación Varimax. En adición, obtiene un alfa de Cronbach de .81 para la escala en general. Asimismo, elimina 14 ítems por lo que la prueba queda reducida a 18. Seguidamente, la autora obtiene las evidencias de validez vinculadas al contenido estimando el índice CVR de Lawshe (1975) de los 18 reactivos, por lo que los sometió a criterio de jueces conformado por 8 expertos. En segundo lugar, realiza las mismas estrategias en la nueva versión reducida, donde obtiene un alfa de Cronbach de .82 para la prueba en general y se sugiere una solución de 5 factores que explican el 55% de la varianza. En el análisis factorial exploratorio, se evidencia que la dimensión de autoaceptación incluye ítems de 3 componentes: propósito en la vida, crecimiento persona y dominio del entorno, mientras que en la dimensión de dominio del entorno se agrupan reactivos de los siguientes componentes: crecimiento personal y autonomía. Para complementar el procedimiento anterior, realiza un análisis factorial confirmatorio en donde se encuentra que el modelo de 5 factores (autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, propósito en la vida y crecimiento personal) es el que obtiene mejores índices de ajuste ( $RMSE = .03$ ;  $TLI = .98$  y  $CFI = .99$ ). La autora elimina 5 reactivos, por lo que el instrumento queda con 13 (aquellos con cargas factoriales mayores a .51) que se distribuyen en 2 o 3 ítems por factor.

Por último, la autora obtuvo los baremos del instrumento, así como los niveles del bienestar psicológico el cual tiene 5 niveles: bajo, medio bajo, medio, medio alto y alto, estos difieren en relación al sexo.

En conclusión, se ha encontrado diversos trabajos que tienen como fin obtener las propiedades psicométricas del instrumento; sin embargo, no existe cierta uniformidad en los procedimientos empleados lo que puede deberse, en una primera instancia, en el uso de estrategias que en algún momento eran las más pertinentes pero en la actualidad resultan erradas (ej. Análisis de componentes principales). Asimismo, ya que el instrumento ha sido traducido a más de 30 idiomas (Ryff, 2018) y se ha estudiado en diferentes poblaciones (ej. Aquí en el Perú tanto en población del departamento de Lima como de

Cajamarca) factores culturales pueden haber impactado en los resultados obtenidos de las investigaciones, como por ejemplo, visiones diferentes sobre el bienestar psicológico de acuerdo a la edad, sexo, estatus socioeconómico, culturas enfocadas en lo individual o colectivo, entre otras.



# **CAPÍTULO III: OBJETIVOS, HIPÓTESIS Y DEFINICIÓN DE VARIABLES**

## **3.1. Objetivo(s)**

- Obtener evidencias de validez vinculadas al contenido del Cuestionario de Bienestar Psicológico mediante el juicio de expertos
- Obtener evidencias de validez vinculadas a la estructura interna del Cuestionario de Bienestar Psicológico mediante el análisis factorial exploratorio
- Obtener evidencias de confiabilidad de las puntuaciones mediante el método de consistencia interna

## **3.2. Definición de variables**

### **3.2.1. Bienestar psicológico**

El bienestar psicológico se define, de manera conceptual, como el desarrollo de las capacidades y crecimiento personal en donde la persona muestra indicadores que reflejan un funcionamiento positivo (Díaz et al., 2006). Así, en este estudio, este constructo se definirá operacionalmente teniendo como base las puntuaciones obtenidas de la estandarización de la Escala de Bienestar Psicológico de 29 ítems de Díaz et al. (2006). Dicha prueba deriva de la revisión de la versión de van Dierendonck (2004) del instrumento original, creado por Carol Ryff, quien propone un modelo multidimensional compuesto por seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal (Ryff, 1989).

## CAPÍTULO IV: MÉTODO

### 4.1. Tipo y diseño de investigación

El presente estudio es una investigación psicométrica y aplicada, pues en base a las puntuaciones derivadas de aplicar las Escalas de Bienestar Psicológico, se han obtenido evidencias de confiabilidad y validez vinculada a la estructura interna y contenido. Todo ello con el fin de determinar las propiedades psicométricas del instrumento (Alarcon, 2013).

Asimismo, es de tipo no experimental, ya que no se manipulará ninguna variable y solo se observó el fenómeno en su contexto natural. Por último, el diseño de la investigación es transeccional descriptivo pues la recolección de los datos se realizó en un tiempo único (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

### 4.2. Participantes

En primer lugar, con el fin de encontrar las propiedades psicométricas de las Escalas de Bienestar Psicológico de la validación de Díaz et al. (2006), la población objetivo se conformó por personas entre los 18 y 72 años. La muestra estuvo conformada por 397 personas, que se seleccionaron a partir de un diseño no probabilístico y accidental, pues la elección de los participantes se guió por los requisitos de la investigación y de aquellos que accedan a participar de manera voluntaria (Hernández et al., 2014).

El tamaño de la muestra se estableció según el criterio propuesto por Nunnally (1987), quien sostiene que con el fin de minimizar el error de muestreo y llevar a cabo un análisis factorial exploratorio, el tamaño de la muestra debe ser equivalente a 10 veces más el número de ítems o variables que conforman el instrumentos. A partir de ello, debido a que las Escalas de Bienestar Psicológica de Díaz et al. (2006) contiene 29 ítems, se requerirán 290 personas como mínimo

En el caso de la presente investigación, la muestra final estuvo conformada por 397 personas, superando el número de participantes propuesto por el criterio elegido, de ambos sexos, entre los 18 y 72 años con las siguientes características. En relación a la distribución por sexo de la muestra, se evidencia que hay una mayor proporción de mujeres (58.20%) que de hombres (41.80%). En cuanto a la edad de los participantes, el mayor porcentaje (13.30%) se ve representado por personas de 22 años. La media de edad es de 34,24 años. Por otro lado, más de la mitad de los participantes (61.60%) poseen un estado civil de solteros y el mayor porcentaje de la muestra (39.80%) ha alcanzado un grado de instrucción de superior completa. Además, se evidencia que hay una mayor proporción de personas que se encuentran trabajando en la actualidad (67.51%). Asimismo, el mayor porcentaje de personas que conforman la muestra, ha nacido en Lima (83.90%). Por último, en relación al distrito de procedencia, se observa que hay una mayor proporción de participantes que viven en San Miguel (13.85%) respecto de los otros distritos.

Tabla 4.2.1

Distribución de frecuencia de la muestra según edad (N=397)

Intervalos	n	%
18 - 28	193	49
29 - 39	62	16
40 - 50	76	19
51 - 61	53	13
62 - 72	13	3

Tabla 4.2.2

Distribución de la muestra según sexo, estado civil y grado de instrucción  
(N=397)

Características	n	%
<b>Sexo</b>		
Femenino	231	58.20
Masculino	166	41.80
<b>Estado civil</b>		
Soltera/o	245	61.60
Casada/o	109	27.50
Viuda/o	2	0.50
Divorciada/o	24	6.00
Conviviente	17	4.30
<b>Grado de instrucción</b>		
Secundaria completa	46	11.60
Secundaria incompleta	1	.30
Técnico completo	56	14.00
Técnico incompleto	12	3.00
Superior completa	158	39.80
Superior incompleta	124	31.20

Tabla 4.2.3

Distribución de la muestra según ocupación, lugar de nacimiento y distrito de residencia (N=397)

Características	n	%
<b>Ocupación</b>		
Estudiante	125	31.49
Trabajador/a	268	67.51
Retirado/a	2	.50
Sin ocupación	2	.50
<b>Lugar de nacimiento</b>		
Lima	333	83.90
Provincia	50	12.60
Extranjero	5	1.30
Sin especificar	9	2.30
<b>Distrito de residencia</b>		
Bellavista	8	2.02
Callao	17	4.28
Cercado de Lima	27	6.80
Chorrillos	14	3.53
Jesus María	14	3.53
La Molina	29	7.30
Los Olivos	7	1.76
San Juan de Lurigancho	9	2.27
Magdalena del mar	21	5.29
Miraflores	11	2.77
Pueblo Libre	41	10.33
San Martín de Porres	13	3.27
San Miguel	55	13.85
San Borja	19	4.79
San Isidro	16	4.03
Santiago de Surco	32	8.06
Ventanilla	16	4.03
Otros	48	.48

### 4.3 Técnicas de recolección de datos

#### 4.3.1 Bienestar Psicológico

Para la medición del bienestar psicológico, se utilizará la estandarización de la Escala de Bienestar Psicológico de 29 ítems de Díaz et al. (2006). Dicha prueba es una adaptación española de la revisión de la versión de D. van Dierendonck (2004) del instrumento original, creado por Carol Ryff (1989), quien plantea un modelo multidimensional compuesto por seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida, y crecimiento personal.

Está conformada por 29 reactivos con un formato de respuesta de tipo Likert con valores comprendidos entre 1 y 6, donde 1 es *totalmente en desacuerdo* y 6 *totalmente de acuerdo*. La distribución de los ítems por cada dimensión se detallará en la tabla 4.3.1.1

Tabla 4.3.1.1

Distribución de los ítems de las Escalas de Bienestar Psicológico de Díaz et al. (2006)

Dimensiones	Ítems directos	Ítems inversos
Autoaceptación	1, 7, 17, y 24	
Relaciones positivas	12 y 25.	2, 8 y 22
Autonomía	3 y 18	4, 9, 13 y 23
Dominio del entorno	10, 14, y 29.	5 y 19
Crecimiento personal	21, 27, y 28	26
Propósito en la vida	6, 11, 15, 16, 20	

Con el fin de obtener las evidencias de validez vinculadas a la estructura interna, los autores del proceso de adaptación, realizaron un análisis factorial confirmatorio donde se plantearon seis modelos teóricos diferentes. De todos los modelos obtenidos, el modelo 6, recoge la estructura de bienestar psicológico propuesta por Van Dierendonck (2004) y le añade, a la estructura original de seis dimensiones planteado por Ryff, un factor de segundo orden catalogado como bienestar psicológico. Dicho modelo es el que muestra mejor ajuste a los

datos; sin embargo, muestra un nivel de ajuste insatisfactorio. Por ende, los autores proponen una nueva versión de las escalas al eliminar 10 ítems teniendo como criterios la inclusión de ítems que tenían una correlación ítem-total de su escala superior a .30 y que presentaban cargas factoriales menores a .40 en el resto de dimensiones; así como, según criterios teóricos de coherencia teórica y validez aparente. Finalmente, la nueva versión propuesta obtuvo índices de ajuste satisfactorios al modelo conformado por 6 factores y uno de segundo orden ( $RMSEA = .04$ ,  $CFI = .95$ ).

En cuanto a las evidencias de confiabilidad de las puntuaciones derivadas de aplicar el cuestionario, se obtuvieron coeficientes de alfa de Cronbach con valores mayores o iguales a .70 en las distintas dimensiones de la prueba (Autoaceptación=.84, Relaciones Positivas=.78, Autonomía=.70, Dominio del Entorno=.82, Propósito en la Vida=.70 y Crecimiento Personal=.71).

#### **4.4 Procedimiento de recolección de datos**

En primer lugar, para obtener datos con el fin de hallar las propiedades psicométricas del instrumento, se hizo uso de la plataforma virtual “Googleforms” y se publicó en redes sociales. Asimismo, se acudió a lugares públicos en donde se pudo tener acceso a personas con las características establecidas, como reuniones sociales. Además, se solicitó el apoyo de la red de contactos de la investigadora que cumplían con las características propuestas.

Tanto en la versión virtual como en los protocolos impresos, se encuentra un consentimiento informado en el que se detalla el nombre del instrumento a evaluar, el objetivos de obtener evidencias de propiedades psicométricas de la prueba y el anonimato del participante (ver anexo 2); así como, una ficha sociodemográfica (ver anexo 3). Además, se les explica el llenado de la prueba y se les señala que contesten los ítems de manera sincera pues no hay respuestas buenas ni malas.

## **CAPITULO V: RESULTADOS**

### **5.1 Estadísticos descriptivos**

Se presentan los resultados alcanzados tras la aplicación de las Escalas de Bienestar Psicológico de Díaz et al. (2006).

Los ítems de la prueba estudiada son politómicos y de un nivel de medición de tipo ordinal, debido a que la escala de respuesta contiene seis opciones, cuyo valor mínimo es 1 y valor máximo es 6 en una escala de respuesta de tipo Likert.

En los anexos 7, 8, 9, 10, 11 y 12 se presentarán las frecuencias de selección de los valores de cada ítem de la variable de Bienestar Psicológico, separadas por dimensión; así como, la asimetría y la curtosis.

### **5.2 Estadísticos inferenciales**

#### **5.2.1 Evidencias de validez vinculadas al contenido**

En primer lugar, para obtener las evidencias de validez vinculada al contenido, se estimó el coeficiente V de Aiken, por lo cual se sometió a criterio de jueces las ítems que conforman las Escalas de Bienestar Psicológico para juzgar en qué grado el test cubre los objetivos del constructo.

Para ello, se les entregó a cada uno una matriz en donde se especificó el objetivo de la investigación, el formato de respuesta que estuvo conformado por una escala Likert que ofrece opciones del 1 al 5 en relación a los criterios de representación del área (si los ítems pertenecen al área agrupada) y claridad de la redacción (si los ítems poseen una sintaxis y semántica que permiten el entendimiento con facilidad). Asimismo, se les colocó al costado, una casilla en donde pudieron poner sus observaciones, en caso consideraban al reactivo poco representativo o no claro en cuanto a la redacción (ver anexo 4).

Los expertos que participaron fueron 11 psicólogos, 10 de ellos son profesores en una universidad privada de Lima que se desempeñan en

diferentes rubros, como por ejemplo en metodología cuantitativa, investigación de propiedades psicométricas de instrumentos, psicología humanista, etc. y un experto es profesional de psicología en una institución de salud orientada a la psicooncología.

Antes de entregar los cuestionarios a los expertos respectivos, se realizaron ciertas modificaciones a nivel gramatical de los ítems de la escala con el fin de que haya un mejor entendimiento de los reactivos por parte de las personas que participen en la investigación. Por ejemplo, se propuso un cambio en el ítem original número 4 (Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones) por “Generalmente, me dejo influenciar por personas con fuertes creencias”. En total, se propusieron 17 ítems modificados para que los jueces puedan valorarlos desde las dimensiones de representación del área y claridad en la redacción, junto con los ítems originales.

A partir de la calificación obtenida a través del criterio de jueces, se estimó el coeficiente de V de Aiken. Teniendo en cuenta que participaron 11 jueces y la calificación tanto de la dimensión representación y claridad estuvo comprendida por valores entre 1 y 5, el coeficiente de la V de Aiken mínima aceptable fue de .70 (Aiken, 1985).

Los resultados, a opinión de los jueces, indican que los ítems presentaron niveles estadísticamente significativos para el coeficiente de V de Aiken a un nivel de  $p < .05$ , tal como se observa en la tabla 5.2.1.1

Tabla 5.2.1.1

Coefficiente V de Aiken para los ítems de las Escalas de Bienestar Psicológico

ITEMS	V	ITEMS	V
Ítem 1	.88*	Ítem 16	.75*
Ítem 2	.84*	Ítem 17	.86*
Ítem 3	.89*	Ítem 18	.92*
Ítem 4	.91*	Ítem 19	.81*
Ítem 5	.82*	Ítem 20	.88*
Ítem 6	.88*	Ítem 21	.97*
Ítem 7	.84*	Ítem 22	.86*
Ítem 8	.81*	Ítem 23	.91*
Ítem 9	.91*	Ítem 24	.76*
Ítem 10	.77*	Ítem 25	.93*
Ítem 11	.90*	Ítem 26	.91*
Ítem 12	.92*	Ítem 27	.94*
Ítem 13	.77*	Ítem 28	.91*
Ítem 14	.93*	Ítem 29	.85*
Ítem 15	.85*		

\*  $p < .05$

A nivel cualitativo, en base a las observaciones que dieron los expertos sobre la representatividad o claridad del ítem original o propuesto se hicieron las siguientes anotaciones por cada ítem

En primer lugar, sobre los ítems que componen la dimensión de autoaceptación, en relación al ítem 1, se observa se plantea el uso de un verbo diferente, de manera específica “sucedido”. En el ítem 7 se cuestiona la inclusión de dos ideas en un solo ítem (ítem doble) (seguro y positivo) así como poca precisión sobre lo que significa “ser positivo”, en adición, se señala colocar las diferentes palabras que hacen referencia a un sexo determinado, en este caso “mismo/misma”, “seguro/segura” “positivo/positiva”. En cuanto al ítem 17, se señala replantear el ítem establecido por los autores españoles; así como, especificar entre paréntesis ciertas opciones de características de personalidad con el fin de que el evaluado tenga una guía. En relación al ítem 24, se observa la inclusión de dos ideas en un mismo ítem (orgulloso de lo que es y orgulloso de la vida que una persona lleva); así como, se sugiere el cambio del adverbio e incluir las dos opciones de palabras que hacen referencia a los diferentes sexos “orgulloso/orgullosa”.

En segundo lugar, sobre los ítems que componen la dimensión de relaciones positivas, en relación al ítem 2, se sugiere que el ítem propuesto por los autores puede mantenerse; así como, se observa que puede ser un reactivo muy extenso. En cuanto al ítem 8, se observa el planteamiento del ítem en términos de negación, hecho que podría cambiarse a, por ejemplo, “tengo pocas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar”, además un experto sugiere incluir el término “amigos”. En relación al ítem 12, se observa que puede que el ítem propuesto por la encargada de esta investigación no esté manteniendo la intencionalidad del reactivo original por el cambio de verbo. En caso del ítem 22, se recomienda cambiar la intencionalidad negativa del ítem y la inclusión de dos ideas en un mismo reactivo. Por último, se señala en el ítem 25 que se evite el uso de “y”, es decir, la conexión de dos ideas.

En tercer lugar, se analizan los ítems de la dimensión de autonomía. En relación al reactivo número 3, se propone parafrasear la frase en términos positivos con el fin de que las personas que realizaran la prueba no lleguen a confundirse. En cuanto al ítem 4, se plantea cambiar el verbo a “tomar” pues alude a decisiones. En el ítem 9, los jueces observan la falta de tilde en una palabra. En relación al ítem 13, se menciona que el ítem propuesto puede estar dejando de lado la intencionalidad del ítem original debido al cambio en un sustantivo, pues no significa lo mismo que lo establecido en una primera instancia, se sugiere revisar sinónimos y replantear. En el ítem 18, no se presentan anotaciones. Por último, en cuanto al ítem 23, se invita a escoger entre alguno de los dos adjetivos propuestos (polémicos o controversiales) que permitan una mejor comprensión por parte de la población.

En cuarto lugar, sobre los ítems que componen la dimensión de dominio del entorno, en relación al ítem 5, se plantea que el ítem propuesto está haciendo referencia al fin más no al proceso, hecho que se proponen en el ítem original, por ende replantearlo hacia dicha meta. Por otro lado, en el ítem 10 se observa que el ítem va dirigido hacia personas que quizás ya se encuentren dentro de una familia o que su modo de vida se oriente hacia un hogar; sin embargo, se realiza el cuestionamiento de si se encontraría dirigido para toda la población, además se plantea que el reactivo puede contener dos ideas. Para el ítem 14 no se encontraron observaciones. En cuanto al reactivo 19, se recomienda mantener el

ítem original o cambiar la palabra “dificultades” por “exigencias” o mantener lo establecido en una primera instancia. Por último, para el ítem 29, se sugiere mantener el reactivo original.

En quinto lugar, en relación a los ítems de la dimensión de crecimiento personal, se analizó lo siguiente. Respecto al ítem 21, se observa colocar las dos opciones de palabras que hacen referencia a los diferentes sexos “mismo/misma”. En el ítem 26, se plantea reformular el ítem en términos positivos. En relación al ítem 27, no se plantean observaciones. En el ítem 28, plantea que el reactivo puede incluir distintas ideas y se plantea agregar el cambio de un sustantivo del reactivo original.

Por último, se realizaron las siguientes observaciones en los ítems que componen la dimensión de propósito en la vida. Para el ítem 6, se menciona que el reactivo contiene dos ideas (disfruto hacer planes y disfruto trabajar para implementar el plan). En el ítem 11, se observa el error en el plural de una palabra. En relación al ítem 15, se sugiere la presencia de dos ideas contenidas en el mismo reactivo (bienestar con el pasado y bienestar con lo que se espera en el futuro) y se sugiere mejorar redacción. En el ítem 16, se observa que el ítem propuesto alude a una diferente dirección que el original, se plantea o mantener el propuesto por los autores o reestructurar el reactivo. Por último, con respecto al ítem 20, se recomienda estructurar el reactivo a “tengo claros mis objetivos de vida” o “tengo clara la dirección de mi vida”.

Dado los resultados descritos en este apartado, se procedió a tomar en consideración las observaciones de los expertos y se reformularon los ítems, obteniendo como resultado los ítems que se observan en la tabla 5.2.1.2

Tabla 5.2.1.2

Ítems modificados tras el proceso de criterio de jueces

Ítems
1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento/contenta con cómo han resultado las cosas.
2. A menudo me siento solo/sola porque tengo pocos amigos cercanos con los que puedo compartir mis preocupaciones.
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas.
4. Me preocupa la opinión que los demás tienen sobre las decisiones que he tomado en mi vida.
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia las metas que tengo.
6. Disfruto haciendo planes para el futuro.
7. Disfruto trabajar para alcanzar lo que me he propuesto para el futuro.
8. En general, me siento seguro/segura conmigo mismo/misma.
9. En general, me siento positivo/positiva conmigo mismo/misma.
10. Tengo a pocas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.
11. Suelo preocuparme sobre lo que los demás piensan de mí.
12. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto.
13. Soy una persona proactiva a la hora de realizar los proyectos que me he propuesto.
14. Siento que mis amigos me aportan muchas cosas.
15. Generalmente, me dejo influenciar por personas con creencias muy firmes.
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.
18. Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro.
19. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.
20. Me gustan la mayoría de características de mi personalidad.
21. Tengo confianza en mis opiniones aun cuando son opuestas a lo que la mayoría opina.
22. Las exigencias del día a día muchas veces me deprimen.
23. Tengo claro los objetivos de mi vida.
24. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.
25. He tenido pocas relaciones cercanas.
26. He tenido pocas relaciones de confianza.
27. Es difícil para mí expresar mis opiniones en asuntos polémicos.
28. La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de quien soy.
29. La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de la vida que llevo.
30. Sé que puedo confiar en mis amigos.
31. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de cambio y crecimiento.
32. Mis amigos saben que pueden confiar en mí.
33. Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona.
34. Tengo la sensación de que con el tiempo he mejorado mucho como persona.
35. La vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje.
36. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.

Asimismo, en la tabla 5.2.1.3 se detalla la distribución de los ítems de la escala por dimensión.

Tabla 5.2.1.3

Distribución de los ítems de las Escalas de Bienestar Psicológico de Díaz et al. (2006) tras el proceso de obtención de las evidencias de validez vinculadas al contenido

Dimensiones	Ítems directos	Ítems inversos
Autoaceptación	1, 8, 9, 20, 28, 29	
Relaciones positivas	14, 25, 30, 32	2, 10 y 26
Autonomía	3 y 21	4, 11, 15 y 27
Dominio del entorno	12, 16, y 36	5 y 22
Crecimiento personal	24, 31, 34, 35	33
Propósito en la vida	6, 7, 13, 17, 18, 19, 23	

### 5.2.2 Evidencias de validez vinculadas a la estructura interna

Con el fin de hallar las evidencias de validez vinculadas a la estructura interna de las Escalas de Bienestar Psicológico de Díaz et al. (2006) se aplicaron en total, 438 protocolos, los cuales 25 se obtuvieron de manera presencial y el resto de manera virtual. Del total de pruebas aplicadas, se eliminaron 41 debido a que algunos participantes que contestaron no se encontraban dentro del rango de edad establecido, vivían en el extranjero, una prueba estuvo incompleta por tan solo un ítem en blanco y además, el sistema virtual duplicó los resultados de algunos participantes. Debido a lo expuesto anteriormente, la base de datos final quedó conformada por las puntuaciones de 397 protocolos con los cuales se realizó un análisis factorial exploratorio (AFE) sobre los 36 ítems de la prueba final.

La base de datos, se revisó de manera detallada cada día, con el fin de ir eliminando las pruebas que no se encontraban dentro de los requisitos. Sobre los 25 participantes que realizaron la prueba de manera presencial, al pasar las puntuaciones a la base, se procedió a revisar dos veces que los datos sean adecuados. Por otro lado, al convertir los ítems inversos, se utilizó el programa SPSS en su versión 25, por lo que el sistema cambiaba las puntuaciones tras recibir el comando.

Este análisis se llevó a cabo en base a una matriz de correlaciones policóricas debido a que los ítems del instrumentos son politómicos y de un nivel de medición de tipo ordinal (Burga, 2006).

En primer lugar, para comprobar el grado de asociación entre las variables de la matriz y verificar que los datos sean adecuados para realizar el AFE, se procederá a obtener el índice de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO). Asimismo se utilizará test de esfericidad de Bartlett, para contrastar la hipótesis nula, la cual sostiene que si la matriz de correlación utilizada es una matriz de identidad implica que las variables no están correlacionadas entre sí y se debe reconsiderar la aplicación dicho análisis.

De acuerdo a los primeros resultados, teniendo como base las 6 dimensiones propuestas por Ryff (1989), el test de esfericidad de Barlett manifiesta que los datos que conforman la matriz de correlación son significativos  $X^2(7530.6) = 630, p < .001$ . En relación a la prueba de KMO se obtuvo .94 lo cual indica un coeficiente bastante alto (Hutcheson y Sofroniou, 1999) y que es pertinente considerar la aplicación de un análisis factorial exploratorio. Asimismo, se obtuvo una acumulación de la proporción de la varianza de 65,92 lo cual indica que es factible la aplicación del análisis factorial exploratorio de primer orden.

En segundo lugar, para poder extraer el número de factores, se utilizó el método ULS de Jöreskog (1977), debido a que Ferrando y Lorenzo-Seva (2014) recomiendan utilizarla cuando hay correlaciones policóricas pues los indicadores de bondad de ajuste derivados del estadístico Ji-cuadrado serán incorrectos y estarán inflados, la mayor parte de las veces. Asimismo, los estimadores factoriales ULS son consistentes, por ello, en el análisis factorial de la matriz policórica las estimaciones se esperarán que sean correctas. Por otro lado, se empleó el método Hull (Lorenzo-Seva, Timmerman y Kiers, 2011) pues busca un óptimo balance entre el ajuste al modelo y el número de parámetros. Además, recupera de mejor manera el número correcto de factores principales a comparación de otros métodos.

En relación a la rotación de factores, se eligió el método de rotación oblicua Promin (Lorenzo-Seva, 1999), pues permite que los factores sean oblicuos con el fin de que su simplicidad se maximice; así como, maneja de mejor manera la suposición de unidimensionalidad del instrumento a comparación de otros métodos de rotación (Lorenzo-Seva, 2013).

Luego de aplicar todas las estrategias mencionadas, se procedió a obtener la primera distribución de cargas factoriales con relación a los 6 factores planteados en el modelo de Díaz et al. (2006) como se muestra en la tabla 5.2.2.1. En ella, se presenta un modelo de organización de los 36 ítems que se obtienen a través de la aplicación del análisis factorial exploratorio frente a una solución de 6 factores utilizando la rotación oblicua tipo Promin. Como se observa, la distribución de los ítems no se asemeja al modelo planteado por Díaz et al. (2006) debido a que se presentan cargas factoriales cruzadas. Los resultados del análisis del método Hull sugieren una solución de un solo factor, tal como se observa en la tabla 5.2.2.2, con una varianza explicada de 41%



Tabla 5.2.2.1

Distribución de cargas factoriales de los ítems y su agrupación a una solución de 6 factores utilizando la rotación oblicua Promin.

Variable	F1	F2	F3	F4	F5	F6
Ítem 1						.382
Ítem 2					.554	
Ítem 3			.612			
Ítem 4				.792		-.302
Ítem 5				.477		
Ítem 6		.987				
Ítem 7		.935				
Ítem 8				.655		.322
Ítem 9				.545		.415
Ítem 10					-.596	
Ítem 11				1.002		-.391
Ítem 12						.307
Ítem 13		.527		.361		
Ítem 14			.443	-.468	.479	
Ítem 15				.499		-.355
Ítem 16		.369				
Ítem 17				.323		.453
Ítem 18		.628				
Ítem 19				.341		.317
Ítem 20				.433		.365
Ítem 21			.702	.322		
Ítem 22				.702		
Ítem 23		.532				
Ítem 24	.583	.391				
Ítem 25					-.769	
Ítem 26					-.811	
Ítem 27			.325	.403		-.375
Ítem 28				.484		.450
Ítem 29				.429		.470
Ítem 30			.528		.543	
Ítem 31	.670		.322			
Ítem 32	.554		.342			
Ítem 33	.367			.384		
Ítem 34	.873					
Ítem 35	.852					
Ítem 36	.369					

Tabla 5.2.2.2

Distribución de los 36 ítems agrupados en un solo factor

Ítems	Factor 1
IT01	-.68
IT02	-.43
IT03	-.45
IT04	-.44
IT05	-.55
IT06	-.59
IT07	-.66
IT08	-.83
IT09	-.84
IT10	.38
IT11	-.44
IT12	-.74
IT13	-.74
IT14	-.45
IT15	-.39
IT16	-.62
IT17	-.69
IT18	-.75
IT19	-.75
IT20	-.79
IT21	-.67
IT22	-.58
IT23	-.75
IT24	-.65
IT25	.41
IT26	.32
IT27	-.28
IT28	-.83
IT29	-.84
IT30	-.56
IT31	-.63
IT32	-.63
IT33	-.48
IT34	-.70
IT35	-.70
IT36	-.60

En una primera instancia, se eliminaron los ítems cuya carga factorial puntuaban menor a .30 (Hair, Anderson, Tatham y Black, 2007). Como resultado se eliminó el ítem 27 (“Es difícil para mí expresar mis opiniones en asuntos polémicos”) cuya carga factorial fue de - .28. Luego de eliminar dicho reactivo, se realizó nuevamente el AFE y la varianza explicada común compartida fue de 42%. En el anexo 14 se mostrarán las cargas factoriales de este proceso.

Seguidamente, se eliminaron los ítems cuyas cargas factoriales fueron menores a .40 (Hair et al., 2007). Al aplicar dicho criterio, se eliminaron los siguientes reactivos: 10 (“Tengo a pocas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar”), 15 (“Generalmente, me dejo influenciar por personas con creencias muy firmes” y 26 (“He tenido pocas relaciones de confianza”). Como resultado del análisis, la nueva varianza explicada común compartida fue de 44%. En el anexo 15 se mostrarán los resultados del AFE de los 32 ítems restantes.

Luego, se prosiguió a eliminar una vez más los ítems con cargas factoriales menores a .40 siguiendo el fin mencionado anteriormente. Debido a ello, se eliminó el ítem 23 (“He tenido pocas relaciones cercanas”). Como resultado, la nueva varianza explicada común compartida fue de 45%. En el anexo 16 mostrará los resultados del AFE con 31 ítems.

Finalmente, se creyó pertinente volver a eliminar los ítems con cargas menores a .40. Como resultado, se eliminó el ítem 2 (“A menudo me siento solo/sola porque tengo pocos amigos cercanos con los que puedo compartir mis preocupaciones”). Debido a ello, la nueva varianza explicada común compartida fue de 46%, quedando un número total de 30 ítems. La nueva propuesta de la organización de los ítems se muestra en la tabla 5.2.2.3.

Tabla 5.2.2.3

Versión final de la estructura factorial de las Escalas de Bienestar Psicológico

Ítems	Factor 1
IT01	.68
IT02	.46
IT03	.43
IT04	.52
IT05	.61
IT06	.67
IT07	.82
IT08	.84
IT09	.42
IT10	.74
IT11	.74
IT12	.44
IT13	.64
IT14	.68
IT15	.76
IT16	.75
IT17	.79
IT18	.67
IT19	.56
IT20	.75
IT21	.67
IT22	.84
IT23	.85
IT24	.54
IT25	.65
IT26	.62
IT27	.45
IT28	.72
IT29	.72
IT30	.61

### **5.3.3 Evidencias de confiabilidad de las puntuaciones mediante el método de consistencia interna**

Con el fin de obtener evidencias de confiabilidad de las puntuaciones del instrumento estudiado, se realizó el método de consistencia interna hallando el coeficiente omega.

Según Timmerman (2005), debido a que el coeficiente omega trabaja con las cargas factoriales de los ítems, refleja el verdadero nivel de fiabilidad de las puntuaciones. Para considerar un valor aceptable de las evidencias de confiabilidad de las puntuaciones, el coeficiente omega, debe encontrarse en un rango de .70 y .90 (Campos-Arias y Oviedo, 2008). En esta investigación, se halló un coeficiente de .96, lo cual expresa que el valor del coeficiente se encuentra en un nivel por encima del rango aceptado.

En adición, se calculó el error estándar de medición (EEM), a partir del coeficiente omega obtenido, el cual fue de .134.

## CAPÍTULO VI: DISCUSIÓN

En el siguiente capítulo, se desarrollarán dos puntos específicos. En primer lugar, se discutirán los resultados al reportar las propiedades psicométricas de las Escalas de Bienestar Psicológico de Díaz et al. (2006) y sus limitaciones. Por último, se expondrán los estándares con los que dicho instrumento cumple de acuerdo a los *Estándares para Evaluación Educativa y Psicológica* según la AERA, APA y NCME (2014).

### **6.1 Objetivos de la investigación y propiedades psicométricas de las Escalas de Bienestar Psicológico**

El propósito de esta investigación fue reportar las propiedades psicométricas de las Escalas de Bienestar Psicológico de Díaz et al. (2006), adaptación española de la prueba original realizada por propuesta de Ryff (1989). Para ello, se obtuvieron las evidencias de validez vinculadas al contenido a través de la estimación del coeficiente V de Aiken por lo cual se llevó a cabo un criterio de jueces, evidencias de validez vinculadas a la estructura interna mediante el análisis factorial exploratorio (AFE) y se estimó la confiabilidad de las puntuaciones obtenidas en la escala hallando el coeficiente omega.

En primer lugar, en relación a las evidencias de validez vinculadas al contenido, en la tabla 5.2.1.1, se evidencian los valores del coeficiente V de Aiken los cuales indican que los ítems presentaron niveles significativos a un nivel de  $p < .05$ . Sin embargo, a nivel cualitativo, los jueces otorgaron ciertas observaciones sobre la representatividad o claridad tanto del ítem en su forma original o los propuestos. A partir de ello, se realizaron las modificaciones pertinentes de los reactivos.

Las sugerencias que se repitieron con mayor frecuencia fueron, en primer lugar, colocar las diferentes palabras que hacen referencia a los distintos sexos; como por ejemplo, “mismo/misma” o “seguro/segura” y, en segundo lugar, el no colocar dos ideas en un solo reactivo; como por ejemplo (“No he tenido muchas

relaciones cercanas y de confianza”); por lo cual, se procedió a separar ciertos enunciados y con ello aumentó la cantidad de ítems de la prueba de 29 a 36.

En segundo lugar, en referencia a las evidencias de validez vinculadas a la estructura interna, se analizó el instrumento según las seis dimensiones que sostienen Díaz et al. (2006) teniendo como base la propuesta de Ryff (1989) a través de un análisis factorial exploratorio; sin embargo, el resultado obtenido en dicho análisis no se ajustó al modelo. Los ítems de la escala no se agrupaban de acuerdo a lo esperado presentando cargas factoriales cruzadas y los resultados del análisis del método Hull sugieren una solución de un solo factor. A partir de ello, se realizan 5 análisis factoriales bajo el supuesto de un solo factor donde se eliminaron los ítems que, en una primera instancia, poseían una carga factorial menor a .30 y luego a .40 (Hair et al., 2007). Como resultado, la versión final de las Escalas de Bienestar Psicológico quedó compuesta por 30 ítems.

Los hallazgos de esta investigación no coinciden con la propuesta original de Ryff (1989), ni con los resultados hallados en la investigación de Díaz et al. (2006). En el contexto peruano, tampoco concuerda con lo analizado por Cubas (2003), Trujillo (2017) y Briones (2018). Dichas investigaciones sostienen que el bienestar psicológico se encuentra conformado por 6, 4 y 5 dimensiones respectivamente.

Con respecto a la investigación de Díaz et al. (2006), con el fin de obtener las evidencias de validez vinculadas a la estructura interna, utilizaron el análisis factorial confirmatorio, teniendo como base 3 modelos teóricos: Kafka y Kozma (2002), Ryff (1989) y la de Van Dierendonck (2004). En la presente investigación, se utilizó el análisis factorial exploratorio, el cual es un procedimiento con el fin de hallar el número de factores comunes; a comparación del análisis factorial confirmatorio, en el cual se especifica el número de factores teniendo como base un marco teórico (Aráuz, 2015).

Si bien los estudios enfocados en encontrar las propiedades psicométricas del instrumento principal de la investigación han utilizado el análisis factorial confirmatorio, en la presente investigación se decidió por el AFE no vista como una categoría distinta a la primera estrategia, sino como una técnica dentro de un continuo utilizándola con una finalidad confirmatoria hasta

donde se alcance, es decir, para evaluar el número de factores y ver si son o no independientes (Ferrando y Anguiano-Carrasco, 2010). El análisis factorial escogido tiene un rol importante en la detección de estructura de datos escondidas y es utilizada para poder afinar el instrumento de medición (Treiblmaier y Filzmoser, 2010), en el caso de la prueba estudiada en el presente proyecto se ha observado que hay diferentes resultados obtenidos por lo que sería pertinente analizar, sin restricciones tan fuertes, una solución factorial y poder observar que puede mejorarse para que el instrumento mida el constructo de bienestar psicológico dentro del contexto limeño. Asimismo, los estudios analizados que utilizaron un AFE emplearon métodos que en la actualidad no son adecuados (ej. Análisis de componentes principales) y la aplicación oportuna de nuevos estándares podrá llevar a conclusiones diferentes a las descritas dentro de la revisión bibliográfica.

En relación a la investigación de Cubas (2003), se utilizó la versión de Ryff et al. (1994) que contiene 84 ítems en total, aun cuando en dicho trabajo se expresa que la prueba utilizada fue la versión de Ryff y Keyes (1995), la cual contiene 18 ítems en total. Según Díaz et al. (2006) las versiones abreviadas que se realizaron debido a la extensa longitud (120 ítems en total) de la prueba original de Ryff (1989), no se ajustan al modelo teórico propuesto o las dimensiones del constructo no poseen una consistencia interna alta, como en el caso de la versión de Ryff y Keyes (1995), pues se eliminaron ítems por temas de tiempo y costo, y se eligieron aquellos con el fin de maximizar el ajuste al modelo teórico.

En adición, en base a la metodología utilizada, Cubas (2003) realizó el análisis estadístico del instrumento a través del análisis factorial de componentes principales. Según Ferrando y Anguiano-Carrasco (2010), el análisis factorial de componentes principales (ACP), es un método para reducir el número de variables, mas no tiene como fin estimar el modelo factorial. Asimismo, este método tiende a sobreestimar las cargas factoriales, así como la varianza explicada de cada factor, pues solo considera la varianza total y es la que finalmente llega a reproducir. Además, según los mismos autores, las puntuaciones obtenidas a través del instrumento tienen error de medición; sin embargo, el ACP no asume dicho principio; por ende, no les parece razonable

hacer uso de dicho procedimiento. Siguiendo con el análisis de las investigaciones peruanas, Trujillo (2017) realizó el AFE de la Escala de Bienestar Psicológico versión en español (PWBS-E) de Díaz et al. (2006) en una muestra de 100 personas, muestra que puede catalogarse como pequeña para obtener las propiedades psicométricas de un instrumento, Ferrando y Anguiano-Carrasco (2010) aconsejan 200 o más casos. Además, la autora hizo uso del análisis paralelo (AP) para determinar el número de factores y la rotación varimax para la rotación de factores, estrategias que, en la actualidad, pueden remplazarse por otras; como por ejemplo, método de ULS de Jöreskog (1977) recomendada por Ferrando y Lorenzo-Seva (2014) para correlaciones policóricas y la rotación oblicua Promin (Lorenzo-Seva, 199) pues ofrece estructuras más simples (Domínguez y Merino, 2016).

Asimismo, la obtención de resultados distintos puede deberse a que, según Gancedo (2008) la psicología positiva basada en la perspectiva hedonista (bienestar subjetivo) y la eudaimónica (bienestar psicológico) aún no se encuentra del todo unificada y coherente, lo que impiden una óptima organización, sistematización y guía del constructo de bienestar psicológico.

Ello se puede poner en evidencia tanto en las investigaciones de Aranguren e Irrazabal (2015) y de Freire et al. (2017). Dichos autores, estudiaron las propiedades psicométricas de la adaptación realizada por Díaz et al., (2006), en un contexto argentino y uno español, respectivamente, ambos con estudiantes universitarios. En ambas investigaciones, los resultados describieron la existencia de 3 factores (para el caso de la población argentina) y 4 factores (para el caso de la población española). Asimismo, ambos trabajos utilizaron estrategias estadísticas diferentes, en el caso de la investigación argentina se utilizó el análisis de componentes principales, y en el caso del contexto español se hizo uso del análisis factorial confirmatorio.

En el caso de la primera investigación mencionada, se mostró la presencia de un nuevo factor denominado competencia, el cual abarca ítems que se encontraban incluidos en las dimensiones de dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida. Dicha nueva dimensión, hace referencia a la necesidad psicológica que es una fuente de motivación con el fin de buscar y superar los desafíos de manera óptima. Según Deci y Ryan (2000)

una persona que posee un alto grado de competencia, es alguien que se encuentra preparado para interactuar con el ambiente y para superar retos. Según Aranguren e Irrazabal (2015), hay afinidad teórica entre las dimensiones que se encuentra incluidas en el nuevo factor. En adición, Rodríguez-Carvajal, Díaz, Moreno-Jiménez, Blanco y Van Dierendonck (2010) agregan al modelo multidimensional de bienestar creado por Ryff, dos nuevas dimensiones: recursos internos y vitalidad. Las investigaciones mencionadas anteriormente podrían demostrar lo manifestado por Gancedo (2008).

Un componente importante que podría impactar en los resultados es el tema cultural. Rodríguez-Carvajal et al. (2010) expresan que una de las críticas al modelo multidimensional del bienestar propuesto por Ryff (1989) es el hecho de que recoge una visión etnocéntrica del constructo basada en sociedades individualistas que tienen el concepto de “éxito” como motivación. Asimismo, validación del instrumento, originalmente, fue en una muestra de hombres y mujeres con salud física, comodidad económica, buena educación y una red social conectada (Springer y Hauser, 2006). Hernández et al. (2016) expresan que es importante entender las dimensiones que contribuyen al bienestar en poblaciones fuera de las que ya se estudió el constructo de bienestar, de manera específica en una muestra de personas hispano latinas, con el fin de desarrollar apropiados instrumentos para medir el bienestar y crear intervenciones.

En relación a ello, Hernandez et al. (2016) encontraron, en una muestra de 27 adultos de la cultura hispano/latina que residen en los Estados Unidos, que el concepto que se tenía sobre bienestar se encontraba relacionada con la perspectiva eudaimónica, sobre todo en el área de relaciones positivas con los demás; sin embargo, le atribuyen mayor importancia a una perspectiva colectiva centrada en otras dimensiones, como por ejemplo, la fe y la religión; así como la salud física y el hacer actos de bondad y amor. Lo mencionado por la autora sobre las implicancias de la cultura puede explicar la diferencia en lo hallado por Briones (2018), pues la muestra se encuentra conformada por adolescentes de otro departamento del Perú (Cajamarca) que podrían tener otras ideas en relación al bienestar más allá de las dimensiones propuestas por Ryff (1989).

A pesar de que los resultados de la presente investigación no concuerden con el modelo multidimensional de Ryff, es importante recalcar que interpretar

un constructo desde una visión unidimensional es importante debido a que los instrumentos psicológicos deben ser homogéneos y medir un solo atributo (Gustafsson y Åberg-Bengtsson, 2010). Asimismo, una de las razones para favorecer un modelo unifactorial, es el hecho de que la interpretación de un instrumento no será una dificultad para los investigadores al momento de dar un puntaje en particular, pues si se miden múltiples atributos no se sabrá con exactitud cuáles invocar. En adición, Reise, Bonifay y Haviland (2014), expresan que si hay unidimensionalidad en un constructo, las puntuaciones totales de un instrumento se interpretarán sin ambigüedad como reflejo de una sola variable latente en común.

En tercer lugar, en relación a las evidencias de confiabilidad de las puntuaciones del instrumento, se aplicó el método de consistencia interna en donde se empleó el coeficiente de omega (Dunn, Baguley y Brunnsden, 2014) para tal fin, el cual alcanzó un valor elevado .96 (Campos-Arias y Oviedo, 2008).

Si bien el coeficiente alfa de Cronbach se utiliza en la mayoría de las investigaciones psicométricas, tiene ciertas limitaciones. Según Dunn et al. (2014) el valor que obtenga dicho coeficiente, puede verse alterado cuando se elimina un elemento de un instrumento. De manera específica, manifiestan que al quitar ciertos ítems, el valor del coeficiente va a aumentar debido a que la puntuación real restante de la prueba ha bajado, o de manera viceversa. Por ende, cualquier ganancia reportada en el valor de dicho coeficiente no va a ser representativo del efecto que tendrá en la confiabilidad “verdadera” o de las puntuaciones obtenidas tras la aplicación del instrumento. En contraparte, según los mismos autores, el coeficiente de omega tiene menos riesgo de sobreestimar o subestimar la confiabilidad. Asimismo, Timmerman (2005) manifiesta que debido a que el coeficiente de omega trabaja con las cargas factoriales de los ítems, el verdadero nivel de fiabilidad de las puntuaciones se ve reflejado.

Por último, las limitaciones que se presentaron en la elaboración de la presente investigación, son las siguientes.

La primera limitación fue en relación al proceso de obtención de las evidencias de validez vinculadas al contenido, de manera específica, a la

selección de los expertos. Si bien la mayoría de los expertos son especialistas en temas psicométricos y construcción de pruebas, faltaron más jueces que conozcan la variable a estudiar y se enfoquen en la corriente de la psicología positiva. La segunda limitación, estuvo enfocada en la representatividad de la muestra ya que si bien, la prueba estaba dirigida a personas entre los 18 y 72 años, las frecuencias de la muestra según edad no se encontraban de manera equitativa, por lo que quizás no se podrían determinar conclusiones generales de la población en ciertas edades.

## **6.2 Estándares para la Evaluación Educativa y Psicológica (AERA, APA y NCME, 2014)**

A continuación, se detallarán los estándares con los cuales cumple la presente investigación y su debida justificación. Estos corresponden a los criterios de validez, confiabilidad, diseño y desarrollo de la prueba.

### **6.2.1 Estándares para la validez**

1.0. Una articulación clara debe ser presentada para cada interpretación propuesta de las puntuaciones de la prueba para un uso específico; así como, se deben proveer evidencias de validez apropiadas para cada interpretación que se desee formular (p. 23): Las Escalas de Bienestar Psicológico pretenden medir el constructo mencionado en personas entre los 18 y 72 años de edad que viven en Lima Metropolitana. Asimismo, tras la aplicación del instrumento se pueden generar líneas de acción y diversas actividades en diferentes contextos para el beneficio del consultante en caso el nivel de BP se vea disminuido.

1.1. El creador del instrumento debe describir con detalles la manera en la cual los puntajes de la prueba se interpretarán y utilizarán. La población para la cual la prueba fue propuesta debe delimitarse claramente y el constructo o constructos que la prueba pretende evaluar deben describirse con claridad (p. 23): Las puntuaciones derivadas de la aplicación de las Escalas de Bienestar Psicológico reflejan el nivel (alto, medio, bajo) del constructo estudiado en adultos de 18 a 72 años que residen en Lima Metropolitana. Por otro lado, los detalles de las características de la población se encuentran en la sección de Método, de manera específica en la subsección de Participantes. Además, el

constructo de Bienestar Psicológico se definió en el capítulo III, en la subsección de Definición de variables.

1.8. La composición de cualquier muestra de participantes a partir de la cual se obtienen las evidencias de validez deben ser descritas con la mayor cantidad de detalles posibles, incluyendo características sociodemográficas y de desarrollo más relevantes (p.25). La muestra final de la investigación estuvo conformada por 397 personas, de ambos sexos, cuyas edades se encuentran entre los 18 y 72 años que viven en Lima Metropolitana.

1.9. Cuando la validación reside en opiniones o decisiones de un grupo de jueces expertos, observadores o evaluadores, se debe describir de manera detallada el proceso de selección de los expertos; así como, el medio por el cual pueden registrar sus juicios. Además, se deben presentar las calificaciones y experiencias de los jueces; entrenamiento e instrucciones dadas y el nivel de acuerdo que alcanzaron (p.25). El criterio de jueces realizado estuvo conformado por la evaluación de once jueces. Los expertos que participaron fueron 11 psicólogos, 10 de ellos son profesores en una universidad privada de Lima que se desempeñan en diferentes rubros (psicometría, psicoterapia y psicología de la salud), y uno es profesional de psicología en una institución de salud orientada a la psicooncología. A partir de las calificaciones que se obtuvieron a través del criterio de jueces, se estimó el coeficiente V de Aiken, en ese caso, los ítems presentaron niveles estadísticamente significativos a un nivel de  $p < .05$ . La matriz que se le entregó a cada uno de los expertos se encuentra en la sección de Anexos (ver anexo 4).

1.10. Cuando las evidencias de validez incluyen análisis estadísticos de los resultados del instrumento, las condiciones en las que se dio la recolección de datos debe ser descrita con los suficientes detalles para que los usuarios puedan juzgar la relevancia de los hallazgos estadísticos (p. 26). Dentro de esta investigación en el capítulo iv de Método, se encuentra descrito de forma detallan las condiciones en las que se recolectaron los datos.

1.13. Si la argumentación para las interpretaciones de las puntuaciones del instrumento para un uso determinado depende de la relación entre ítems o partes del test, se deben reportar las evidencias vinculadas a la estructura interna

(p. 26). En el capítulo v de Resultados, se describen las evidencias de validez vinculadas a la estructura interna del instrumento de esta investigación. Esta se halló a través de un análisis factorial exploratorio (AFE) la cual arrojó una solución de un solo factor, es decir, una estructura unidimensional que explica el 46% de la varianza explicada común compartida. La nueva propuesta del instrumento se encuentra conformada por 30 ítems.

### **6.2.2 Estándares para la confiabilidad**

2.0 Se debe proveer evidencia de confiabilidad apropiadas de las puntuaciones del instrumento estudiado para la interpretación de cada uso de las puntuaciones (p. 42). Como se presenta en el capítulo v de Resultados, se halló un coeficiente omega de .96, lo cual indica que el valor obtenido se encuentra en un nivel por encima del rango aceptado de .70 y .90 según Campos-Arias y Oviedo (2008).

2.3. Para cada puntaje total, sub-puntaje y combinación de puntajes que serán interpretadas, se deben reportar los índices relevantes de confiabilidad (p. 43). En la sección de Resultados, se reporta de manera detallada el coeficiente de confiabilidad para las puntuaciones totales de las Escalas de Bienestar Psicológico.

2.5. Los procesos de estimación de la confiabilidad deben ser consistentes con la estructura del instrumento (p. 43). Debido a que el AFE arrojó una estructura unidimensional de la prueba, la estimación de la confiabilidad se realizó únicamente en base a la estructura final del instrumento, la cual se encuentra conformada por 30 ítems.

### **6.2.3 Estándares para el diseño y desarrollo de la prueba**

4.0 Los test y los programas de evaluación deben diseñarse y desarrollarse en un modo que apoye la validación de la interpretación de las puntuaciones obtenidas a través del instrumento para los usos propuestos. Los diseñadores de la prueba deben documentar los pasos realizados durante el diseño y desarrollo del proceso para proveer las evidencias de confiabilidad y validez relacionadas a los usos y población delimitados (p. 85). Los pasos realizados durante el diseño y

desarrollo del proceso de obtención de las propiedades psicométricas de las Escalas de Bienestar Psicológico se encuentran detallados en la sección de Método y en la de Resultados, En adición, el anexo 1 presenta la versión original de Díaz et al. (2006) y en el anexo 6 la versión final del instrumento, para que otros investigadores puedan analizar ambas versiones.

4.1. Se debe detallar el propósito del instrumento, la definición del constructo, la población que se desea examinar e interpretación para los usos delimitados (p. 85). En el capítulo 3, en la sub sección de Definición de variables, se define el constructo y el objetivo de la prueba. Mientras que, en el capítulo 4, en la subsección de Participantes se describe de manera detallada a la población.

4.8. El proceso de revisión de la prueba debe incluir un análisis empírico y/o los aportes de los juicios de expertos con el fin de revisar los ítems y los criterios de puntuación. Se deben mostrar las calificaciones, experiencias relevantes y características demográficas de los expertos de la mano con las instrucciones y el entrenamiento que tuvieron en el proceso de la revisión de los ítems (p. 88). En el capítulo 5 de Resultados, se detallan las experiencias relevantes y características demográficas de los expertos. Asimismo, en el anexo 4 se encuentra la matriz con la cual los jueces evaluaron los ítems del instrumento.

4.10. Cuando se evalúan las propiedades psicométricas de los ítems, debe señalarse el modelo utilizado para dicho objetivo. Asimismo, la muestra utilizada para estimar las propiedades de los ítems debe estar descrita y de un adecuado tamaño y diversidad (p. 89). El análisis psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico partió de la Teoría Clásica de los Test (TCT). Por otro lado, en el capítulo 4 de Método, se describe de manera detallada la población que participó en la investigación, dicha muestra se estableció según el criterio propuesto por Nunnally (1987).

4.15. Se deben presentar con claridad las indicaciones de administración del instrumento con el fin de que el estudio pueda ser replicado por otros bajo las mismas condiciones con las cuales se obtuvieron las evidencias de confiabilidad, validez y normas (p. 90). Las indicaciones de administración del

instrumento y las condiciones con las cuales se obtuvieron las evidencias de confiabilidad y validez se encuentran detalladas en los capítulos 4 (Método) y 5 (Resultados) de la presente investigación.

4.17. Si un test o parte de uno, se encuentra orientado de manera única para investigar, y no para un uso operacional, se debe otorgar declaraciones sobre ello en documentos de administración e interpretación que se les entrega a los usuarios del instrumento (p. 91). A los usuarios que conformaron la muestra para la investigación se les otorgó un consentimiento informado antes de desarrollar la prueba en donde se indicaba el objetivo del estudio, el anonimato de los participantes, el tiempo aproximado que iba a durar el desarrollo del instrumento y las facilidades para comunicarse con la encargada de la investigación en caso surgía alguna duda, dicho documento se puede encontrar en el anexo 2.

## CONCLUSIONES

- Se obtuvieron evidencias adecuadas de validez vinculadas al contenido a través de la estimación del coeficiente V de Aiken, mediante la evaluación de once expertos.
- A partir de las observaciones a nivel cualitativo por parte de los expertos hacia los ítems originales y propuestos en la matriz de evaluación, el instrumento contó con un nuevo total de 36 ítems; es decir, se aumentaron 7 reactivos.
- A partir del análisis factorial exploratorio, se hallaron las evidencias de validez vinculadas a la estructura interna del instrumento. La versión final de la estructura factorial de la prueba mostró ser unidimensional. El único factor de bienestar psicológico que se encontró explicó el 41% de la varianza explicada. En el proceso, 6 ítems fueron eliminados, por lo que la versión final de las Escalas de Bienestar Psicológico se encuentra compuesta por 30 ítems y la nueva varianza común compartida fue de 46%.
- Se obtuvieron las evidencias de confiabilidad de las puntuaciones obtenidas de la aplicación de las Escalas de Bienestar Psicológico en la muestra representativa mediante el coeficiente omega. Se alcanzó un coeficiente de .96, un valor por encima del rango aceptado (Campos-Arias y Oviedo, 2008).
- Los hallazgos obtenidos se diferencian de la investigación realizada por Díaz et al. (2006) realizada en un contexto español, debido a que la estructura factorial del presente estudio es unidimensional, mas no se encuentra compuesta por los 6 factores planteados.

## RECOMENDACIONES

A continuación, detallaremos las recomendaciones:

- Se recomienda analizar los niveles de bienestar psicológico, desde una perspectiva unidimensional, por medio del instrumento en los diversos contextos que se crea pertinente para poder llevar a cabo programas que refuercen o promuevan el bienestar psicológico.
- Se recomiendan realizar otros estudios de validación del instrumento, quizás en muestras más grandes y diversas dentro de la comunidad (ej. Pacientes oncológicos, equipo sanitario en alguna institución de salud, estudiantes universitarios, practicantes de algún tipo de deporte, etc.) con el fin de observar si la estructura factorial cambia o permanece unidimensional, así como para estudiar si se encuentran diferencias estadísticamente significativas en otros grupos. Asimismo, con otros tipos de análisis estadísticos complementarios como el análisis factorial confirmatorio.
- Se recomienda obtener los baremos de las puntuaciones del instrumento en otros estudios para interpretar y tomar decisiones en relación al resultado obtenido; y así realizar, por ejemplo, estudios para recabar información sobre el bienestar psicológico en muestras específicas (ej. estudiantes universitarios de diferentes carreras y año de estudio) y notar si hay diferencias o similitudes.
- Se recomienda estudiar el constructo a través de la relación con otras variables, como, la regulación emocional, la ansiedad, el estrés, calidad de vida, etc. Ello, para poder obtener información sobre el constructo en nuestra población y promover la investigación.

## REFERENCIAS

- Aiken, L. (1985). Three coefficients for analyzing the reliability and validity of ratings. *Educational and Psychological Measurement*, 45(1), 131-142. <https://doi.org/10.1177/0013164485451012>
- Alarcón, R. (2003). Escala de afectos positivos y negativos. *Manuscrito no publicado, Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.*
- Alarcon, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Internacional de Psicología*, 40(1), 99-106.
- Alarcon, R. (2013). *Métodos y diseños de investigación del comportamiento*. Perú, Lima: Universitaria.
- American Educational Research Association (AERA), American Psychological Association (APA), & National Council of Measurement in Education (NCME). (2014). *Standards for educational and psychological testing*. Washington, D.C: American Educational Research Association
- Anicama, J. (1985). *Inventario de personalidad de Eysenck (EPI-B), adaptada en el Perú. Manual*. Lima: SPAMC.
- Aranguren, M. y Irrazabal, N. (2015). Estudio de las propiedades psicométricas de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en una muestra de estudiantes argentinos. *Ciencias Psicológicas*, 9(1), 73-83. Recuperado de [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1688-42212015000100008#Casullo02](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212015000100008#Casullo02)
- Aráuz, A. (2015). Aplicación del análisis factorial confirmatorio a un modelo de medición del rendimiento académico en lectura. *Revista de Ciencias Económicas*, 33(2), 39-66. <https://doi.org/10.15517/rce.v33i2.22216>
- Arellano, J. (2011). *Identidad social y el bienestar en una comunidad rural de la costa norte del Perú*. (Tesis para optar por el título de Licenciado con mención en Psicología Social). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/1175>

- Argyle, M., Martin, M. y Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters. En J. Forgas y M. Innes (Ed.), *Recent advances in social psychology: an international perspective* (pp. 189-203). North-Holland: Elsevier Science Publishers B.V.
- Becerra, L. y Otero, S. (2013). *Relación entre afrontamiento y bienestar psicológico en pacientes con cáncer de mama*. (Tesis para optar por el título de Magíster en Psicología Clínica de la Salud). Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/5176>
- Boyle, A., Buchman, A., Barnes, L. y Bennett, D. (2010). Effect of a purpose in life on risk of incident alzheimer disease and mild cognitive impairment in community-dwelling older persons. *Archives of general psychiatry*, 67(3), 304-3010. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2009.208>
- Briones, K. (2019). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico (SPWB) de Ryff versión abreviada en adolescentes de la ciudad de Cajamarca. (Tesis para optar por el título profesional de Licenciada en Psicología). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrello, Cajamarca. Recuperado de <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/813>
- Burga, A. (2006). La unidimensionalidad de un instrumento de medición: perspectiva factorial. *Revista de Psicología de la PUCP*, 24(1), 53-80. Recuperado de: <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/642/629>
- Campos-Arias, A. y Oviedo, H. (2008). Propiedades psicométricas de una escala: la consistencia interna. *Revista de Salud Pública*, 10(5), 831-839. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=42210515>
- Casimiro, F. (2016). *Bienestar psicológico de madres de niños con TEA de acuerdo al servicio que ofrecen los centros especializados a los padres*. (Tesis para optar por el título de Licenciado con mención en Psicología). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima. Recuperado de <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/621090>
- Cassaretto, M. y Martínez, P. (2017). Validación de las escalas de bienestar, de florecimiento y afectividad. *Pensamiento psicológico*, 15(1), 19-31 <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI15-1.VEFA>
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.

- Casullo, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1), 35-68.
- Chavez, S. (2008). *Bienestar psicológico en practicantes de yoga*. (Tesis para optar por el título de Licenciado en Psicología con mención en Psicología Clínica). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/627>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral science* (2a ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155-159. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.155>
- Cubas, M. (2003) *Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. (Tesis para optar por el título profesional de Licenciado en Psicología). Universidad de Lima, Lima.
- Deci, E. y Ryan, R. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: human needs and the self-determination behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Delle Fave, A., Massimini, F. y Bassi, M. (2011). Hedonism and eudamonism in positive psychology. En A. Delle Fave (Ed. de la serie), *Cross-Cultural Advancements in Positive Psychology: Vol 2. Psychological Selection and Optiman Experience Across Cultures: Social Empowerment through Personal Growth*, (pp. 3-18). [https://doi.org/10.1007/978-90-481-9876-4\\_1](https://doi.org/10.1007/978-90-481-9876-4_1)
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. y Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las Escalas de Bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577. Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3255>
- Diener, E., Lucas, R. y Oishi, S. (2009). Subjective well-being: the science of happiness and life satisfaction. En C. Snyder y S. Lopez (Eds.), *Oxford Handbook of Positive Psychology* (pp.187-194). New York, NY: Oxford University Press.
- Diener, E., Emmons, A., Larsen, R. y Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)

- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. y Griffin S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., Heintzelman, S., Kushlec, K., Tay, L., Wirtz, D., Lutes, L. y Oishi, S. (2017). Findings all psychologist should know from the new science on subjective well-being. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 58(2), 87-104. <https://dx.doi.org/10.1037/cap0000063>
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. y Oishi, S. (2009). New measures of well-being. assessing well-being: the collected works of Ed Diener. *Social Indicators Research Series*, 39, 247-266. [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4\\_12](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_12)
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S y Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: short scales to asses flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143-156. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
- Disabato, D., Goodman, F., Kashdan, T., Short, J. y Jarden, A. (2016). Different types of well-being? A cross-cultural examination of hedonic and eudaimonic well-being. *Psychological Assessment*, 28(5), 471-482. <https://dx.doi.org.ezproxy.ulima.edu.pe/10.1037/pas0000209>
- Domínguez, S. y Merino, C. (2016). Sobre o uso do little jiffy na validação dos testes: comentários a Ávila e colaboradores. *Journaly Brasileiro de Psiquiatria*, 65(2), 196-197. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000123>
- Domínguez-Lara, S. y Navarro-Loli, J. (2018). Revisión de metodologías empleadas en los estudios factoriales de la escala de bienestar psicológico de Ryff (versión en español). *Revista Evalunar*, 18(2), 17-30. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v18.n2.20800>
- Dunn, T., Baguley, T. y Brunsten, V. (2014). From alpha to Omega: A practical solution to the pervasive problema of internal consistency estimation. *British Journal of Psychology*, 105(3), 399-412. <https://doi.org/10.1111/bjop.12046>
- Fernández-Lansac, V. y Crespo, M. (2011). Resiliencia, personalidad resistente y crecimiento en cuidadores de personas con demencia en el entorno familiar: una revisión. *Clínica y Salud*, 22(1), 21-40. <https://doi.org/10.5093/cl2011v22n1a2>
- Ferrando, P y Anguiano-Carrasco, C. (2010). El análisis factorial como técnica de investigación en Psicología. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 18-33. Recuperado de <https://www.redalyc.org/html/778/77812441003/>

- Ferrando, P. y Lorenzo-Seva, U. (2014). El análisis factorial exploratorio de los ítems: algunas consideraciones adicionales. *Anales de Psicología*, 30(3), 1170-1175.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS* (3rd ed.). Dubai: SAGE.
- Freire, C., Ferradás, M., Núñez, J. y Valle, A. (2017). Estructura factorial de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 10(1), 1-8.  
<https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2016.10.001>
- Gancedo, M. (2008). Psicología positiva: posible futuro y derivaciones clínicas. *Psicodebate*, 9, 15-26.
- Gargurevich, R. y Matos, L. (2012). Validez y confiabilidad de escala de afecto positivo y negativo (SPANAS) en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología*, 14(2), 208-217. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10757/324771>
- Guimet, M. (2011). *Bienestar psicológico en un grupo de mujeres privadas de su libertad que realizan ejercicio físico*. (Tesis para optar por el título de Licenciada en Psicología con mención en Psicología Clínica). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/718>
- Gustafsson, J. y Åberg-Bengtsson, L. (2010). Unidimensionality and interpretability of Psychological instruments. En S. Embretson (Ed.), *Measuring Psychological constructs: advances in model-based approaches* (pp.97-121). Washington, DC: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/12074-005>
- Hair, J., Anderson, R., Tatham, R. y Black, W. (2007). *Análisis multivariante* (5ª ed.). Madrid: Pearson.
- Haley, W. (2003). Family caregivers of elderly patients with cancer: understanding and minimizing the burden of care. *The Journal of Supportive Oncology*, 1(2), 25-29.
- Hernandez, R., Carnethon, M., Penedo, F., Martinex, L., Boehm, J. y Schueller, S. (2016). Exploring well-being among US hispanics/latinos in a church-based institution: a qualitative study. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 511-521. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1117132>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.). México, D.F.: McGraw-Hill Education.

- Hills, P. y Argyle, M. (2002). The Oxford happiness questionnaire: a compact scale for the measurement of Psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073-1082. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6)
- Huta, V. (2016). Eudaimonic and hedonic orientations: theoretical considerations and research findings. En J, Vittersø (Ed.), *Handbook of Eudaimonic Well-Being* (pp. 215-231). Switzerland: Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3>
- Huta, V. y Waterman, A. (2013). Eudaimonia and its distinction from hedonia: developing a classification and terminology for understanding conceptual and operational definitions. *Journal of Happiness Studies*, 15(6), 1425-1456. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9485-0>
- Hutcheson, G. y Sofroniou, N. (1999). *The multivariate social scientist*. London: Sage.
- Jöreskog, K. (1977). Factor analysis by least-squares and maximum-likelihood methods. En: K. Enslein, A. Ralston, y H. Wilf (Eds.), *Statistical methods for digital computers*. (pp. 125-153). New York, NY: Wiley
- Jöreskog, K. y Sörbom, D. (1996). *LISREL 8: user's reference guide* (2da ed). Lincolnwood, IL: Scientific Software International. Recuperado de [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=9AC-s50RjacC&oi=fnd&pg=PA6&dq=LISREL+8+User%E2%80%99s+Reference+Guide&ots=1W3tC0z6YB&sig=Y2JDFErKwKUhCr\\_GUSEgY2bq5T4#v=onepage&q=LISREL%20%20User%E2%80%99s%20Reference%20Guide&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=9AC-s50RjacC&oi=fnd&pg=PA6&dq=LISREL+8+User%E2%80%99s+Reference+Guide&ots=1W3tC0z6YB&sig=Y2JDFErKwKUhCr_GUSEgY2bq5T4#v=onepage&q=LISREL%20%20User%E2%80%99s%20Reference%20Guide&f=false)
- Kakfa, G. y Kozma, A. (2002). The construct validity of Ryff's Scales of Psychological well-being (SPWB) and their relationships to measures of subjective well-being. *Social Indicator Research*, 57(2), 171-190. <https://doi.org/10.1023/A:1014451725204>
- Keyes, C., Ryff, C. y Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Keyes, L., Shmotkin, D. y Ryff, C. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Koole, S. (2009). The psychology of emotion regulation. En J. De Houwer y D. Hermans (Ed.), *Cognition and Emotion* (pp. 4-41). London: Psychology Press.

- Lawshe, C. (1975). A quantitative approach to content validity<sup>1</sup>. *Personnel Psychology*, 28(4), 563-575. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1975.tb01393.x>
- Leal, R. y Silva, R. (2010). *El bienestar psicológico del adolescente cajamarquino: adaptación local de la escala SPWB de Ryff*. Cajamarca: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.
- Lorenzo-Seva, U. (1999). Promin: a method for oblique factor rotation. *Multivariate Behavioral Research*, 34(3), 347-365. [https://doi.org/10.1207/S15327906MBR3403\\_3](https://doi.org/10.1207/S15327906MBR3403_3)
- Lorenzo-Seva, U. (2013). Why rotate my data using Promin? *Technical Report*. Department of Psychology, Universitat Rovira i Virgili, Tarragona. Recuperado de <https://psico.fcep.urv.cat/utilitats/factor/>
- Lorenzo-Seva, U., Timmerman, M. y Kieres, H. (2011). The Hull method for selecting the number of common factors. *Multivariate Behavioral Research*, 46, 340–364. <https://doi.org/10.1080/00273171.2011.564527>
- Maddux, J. (2002). Stopping the “madness” positive psychology and the deconstruction of the illness ideology and the DSM. En C, Snyder y S, López (Ed.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 13-25). New York, NY: Oxford University Press.
- Meza, B. (2012). *Bienestar psicológico en practicantes de danza contemporánea*. (Tesis para optar por el título de Licenciada con mención en Psicología Clínica). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/1217>
- Mill, J. (1989). *Autobiography*. London: Penguin
- Morano, C. (2003). Appraisal and coping: moderators or mediators of stress in alzheimer's disease caregivers?. *Social Work Research*, 27(2), 116-128. <https://doi.org/10.1093/swr/27.2.116>
- Nunnally, J. (1987). *Teoría psicométrica*. México D.F.: Trillas.
- Otero, J., Luengo, A., Romero, E., Gómez-Fraguela, J. y Castro, C. (1998). *Psicología de la personalidad. Manual de prácticas*. Barcelona: Ariel Practicum.
- Pardo, F. (2011). *Bienestar psicológico y ansiedad rasgo-estado en alumnos de un MBA de Lima Metropolitana*. (Tesis para optar por el título de Licenciado con mención en Psicología Clínica). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/672>

- Pavot, W. y Diener, E. (1993). The affective and cognitive context of self-reported measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 28(1), 1-20. <https://doi.org/10.1007/BF01086714>
- Razali, N. y Wha, Y. (2011). Power comparisons of Shapiro-Wilk, Kolmogorov-Smirnov, Lilliefors and Anderson-Darling tests. *Journal of Statistical Modeling and Analytics*, 2(1), 21-33.
- Reise, S., Bonifay, W. y Haviland, M. (2013). Scoring and modeling psychological measures in the presence of multidimensionality. *Journal of Personality Assessment*, 95(2), 129-140. <https://doi.org/10.1080/00223891.2010.725437>
- Robles, R. y Páez, F. (2003). Estudio sobre la traducción al español y las propiedades psicométricas de las escalas de afecto positivo y negativo (PANAS). *Salud Mental*, 26(1), 69- 75.
- Rodríguez-Carvajal, R., Díaz, D., Moreno-Jiménez, B., Blanco, A. y Van Dierendonck, D. (2010). Vitalidad y recursos internos como componentes del constructo de bienestar psicológico. *Psicothema*, 22(1), 63-70. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/727/72712699011/>
- Russell, B. (1958). *The conquest of happiness*. New York, NY: Liveright
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. (2014). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. (2016). Beautiful ideal and the scientific Enterprise: sources of intellectual vitality in research of eudaimonic well-being. En J, Vittersø (Ed.), *Handbook of Eudaimonic Well-Being* (pp. 95-107). Switzerland: Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3\\_6](https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3_6)
- Ryff, C. (2018). Well-being with soul: science in pursuit of human potential. *Perspective on Psychological Science*, 13(2), 242-248. <https://doi.org/10.1177/1745691617699836>
- Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.

- Ryff, C. y Singer, B. (2006). Best new yet on the six-factor model of well being. *Social Science Research*, 35(4), 1103-1119.  
<https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2006.01.002>
- Ryff, C., Lee, Y., Essex, M. y Schumutte, P. (1994). My children and me: midlife evaluations of grown children and of self. *Psychology and Aging*, 9(2), 195-205.  
<https://dx.doi.org/10.1037/0882-7974.9.2.195>
- Sánchez, J. (2015). *Bienestar psicológico en mujeres con cáncer de mama post-tratamiento quirúrgico*. (Tesis para optar por el título de Licenciada en Psicología Clínica). Recuperada de  
<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/6290>
- Sánchez-Canovas, J. (1998). *Escala de bienestar psicológico*. Recuperado de  
<http://web.teaediciones.com/ebp-escala-de-bienestar-psicologico.aspx>
- Scheier, M., Carver, C. y Bridges, M. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): a re-evaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063-1078. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063>
- Schumutte, P. y Ryff, C. (1997). Personality and well being: reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(3), 549-559.
- Seligman, M. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. En C, Snyder y S, López (Ed.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 3-9). New York, NY: Oxford University Press.
- Springer, K. y Hauser, R. (2006). An assessment of the construct validity of Ryff's scales of psychological well-being: method, mode, and measurement effects. *Social Science Research*, 35(4), 1080-1102.  
<https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2005.07.004>
- Timmerman, M. (2005). *Factor analysis*. Recuperado de <http://www.ppsw.rug.nl/~metimmer/FAMET.pdf>
- Treiblmaier, H. y Filzmoser, P. (2010). Exploratory factor analysis revisited: how robust methods support the detection of hidden multivariate data structures in IS research. *Information & Management*, 47(4), 197-207.  
<https://doi.org/10.1016/j.im.2010.02.002>
- Trigoso, V. (2012). *Ajuste mental al cáncer y bienestar psicológico en pacientes oncológicos adultos*. (Tesis para optar por el título de Magister en Psicología)

Clínica de la Salud). Recuperada de  
<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/1656>

Trujillo, F. (2017). *Regulación emocional y bienestar psicológico en voluntarios de establecimientos hospitalarios de Lima*. (Tesis para optar por el título de Licenciada con mención en Psicología), Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima. Recuperado de  
<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/622692>

Van Dierendonck, D. (2004). The construct validity of Ryff's Scales of Psychological well-being and its extensión with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences*, 36(2), 629-643. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00122-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00122-3)

Vargas, C. y Vargas L. (2017). *Apoyo social y bienestar psicológico en adultos mayores que asisten a los CIAM de Lima metropolitana*. (Tesis para optar por el título de Licenciado con mención en Psicología). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima. Recuperado de  
[https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/622168/VARGAS\\_AC.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/622168/VARGAS_AC.pdf?sequence=5&isAllowed=y)

Vázquez C. y Hervás, G. (2009). Salud positiva: del síntoma al bienestar. En C, Vázquez y G, Hervás (Ed.), *Psicología positiva aplicada* (2a ed., pp. 17-40). Recuperado de [https:// books.google.es](https://books.google.es)

Watson, D., Clark, L. y Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>



## **ANEXOS**

# Anexo 1: Escala de bienestar psicológico

## Escalas de Bienestar Psicológico – Díaz et al., 2006

En el estudio del bienestar subjetivo también resulta de especial importancia ahondar en los niveles de bienestar interno o de fortaleza interna. Lee cada ítem y señala en qué medida sientes o experimentas estas emociones de **manera general en tu vida cotidiana**, usando la siguiente escala de respuesta:

1	2	3	4	5	6
Totalmente en desacuerdo					Totalmente de acuerdo

1. Cuando repaso 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. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.
11. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.
12. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.
13. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.
14. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.
15. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.
16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.
17. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.
18. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.
19. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.
20. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.
21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.
22. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.
23. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.
24. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.
25. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.
26. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.
27. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.
28. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento.
29. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.

## Anexo 2: Ficha consentimiento informado

El propósito de esta ficha de consentimiento es otorgarle al participante en esta investigación una clara explicación de la naturaleza de la misma; así como, de su rol en ella como participante:

La presente investigación es conducida por **Naomi Del Pilar Alvarez Solórzano** de la Universidad de Lima. El objetivo de este estudio es conocer cómo está funcionando el instrumento (Escala de Bienestar Psicológico)

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas de un cuestionario. Esto tomará aproximadamente 20 minutos de su tiempo.

La participación en esta investigación es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será anónima, debido a que no se mostrarán nombres y apellidos y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de este estudio.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede realizar preguntas en cualquier momento durante su participación. Asimismo, puede retirarse de este cuando guste sin que eso lo perjudique en ninguna forma.

Desde ya le agradecemos su participación

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por Naomi del Pilar Alvarez Solórzano He sido informado (a) de que la meta de este estudio obtener conocimiento sobre el funcionamiento de las Escalas de Bienestar Psicológico (características psicométricas).

Me han indicado también que tendré que responder a un cuestionario, lo cual tomará aproximadamente 20 minutos.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente anónima pues no se mostrarán nombres y apellidos, y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a Naomi Del Pilar Alvarez Solórzano al teléfono 984169843

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando este haya concluido. Para esto, puedo contactar Naomi Del Pilar Alvarez Solórzano al teléfono anteriormente mencionado.

\_\_\_\_\_  
Nombre del participante

\_\_\_\_\_  
Firma del participante

\_\_\_\_\_  
Fecha

### Anexo 3: Ficha sociodemográfica

**Nombres y Apellidos:** \_\_\_\_\_

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Sexo:** Femenino  Masculino

**Estado civil:**  
Soltera/o  Divorciada/o   
Casada/o  Conviviente   
Viuda/o

**Grado de instrucción:**  
Sin estudios  Técnico completo   
Primaria completa  Técnico incompleto   
Primaria incompleta  Superior completa   
Secundaria completa  Superior incompleta   
Secundaria incompleta

**Ocupación:** \_\_\_\_\_

**Lugar de nacimiento:** \_\_\_\_\_

**Distrito de residencia:** \_\_\_\_\_

## Anexo 4: Matriz de evaluación de criterio de jueces para las Escalas de Bienestar Psicológico

Estimado (a):

Por medio de la presente, solicito su apoyo para el proceso de obtención de evidencias de validez vinculadas a las inferencias realizadas mediante las Escalas de Bienestar Psicológico desarrollada por Díaz et al. (2006)<sup>1</sup> basada en el modelo multidimensional de Ryff de seis dimensiones: autoaceptación relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida.

Estas evidencias de validez serán recolectadas en el marco del proyecto de investigación *“Propiedades psicométricas de las Escalas de Bienestar Psicológico”* cuyo objetivo es convertirse en tesis para obtener el grado de Licenciada en Psicología.

En cuanto a las características del instrumento, estará dirigida a residentes de Lima Metropolitana cuyo rango de edades oscilan entre los 18 y 72 años. El formato de respuesta corresponde a un tipo de escala Likert de cinco puntos, que comprenden desde 1 (*totalmente en desacuerdo*) hasta 6 (*totalmente de acuerdo*). La prueba consta de 29 ítems clasificados en seis dimensiones:

- Autoaceptación: Evalúa el nivel de conciencia y aceptación de los valores personales y de las limitaciones que posee uno mismo. Se considera el eje central de la salud mental, el funcionamiento positivo y madurez. Una puntuación elevada en esta dimensión, expresa que una persona posee una aceptación positiva frente a su persona, sus conocimientos y se acepta de manera general, tanto con sus fortalezas como con sus debilidades. Una puntuación baja, hace referencia a una persona que experimenta sentimientos de insatisfacción y decepción con lo que ha acontecido en su vida; así como, deseos de ser diferente.
- Relaciones positivas: Evalúa la capacidad de mantener relaciones cercanas con los demás, teniendo como base la confianza y la empatía; se relaciona también con el nivel de preocupación por el bienestar de los demás. La habilidad para amar es vista como un componente central de la salud mental. Por ende, las personas que tengan puntuaciones elevadas en dicha dimensión son personas con elevada capacidad de ponerse en el lugar de los demás, afecto e intimidad y entienden el dar y recibir de las relaciones humanas; por el contrario, aquellas con niveles bajos, poseen pocas relaciones cercanas con los demás, se les dificulta ser cálidos, abiertos y preocupados con los demás; además, se sienten frustrados en las relaciones interpersonales por lo que no mantienen vínculos significativos con los otros, les cuesta relacionarse con los demás en un nivel más profundo.
- Autonomía: Evalúa el grado en que las personas mantienen su independencia y autoridad personal; implica la autodeterminación y la capacidad para resistir a

<sup>1</sup> Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. y van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las Escalas de Bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577. Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3255>

las presiones sociales. Puntuaciones altas en esta dimensión, hacen referencia a una persona determinada e independiente, capaz de resistir a las presiones sociales (al momento de pensar y actuar) de regular su comportamiento a través de un locus de control interno y se evalúa a partir de estándares personales, más no colectivos. Por el contrario, una persona que saca puntuaciones bajas, se mantiene pendiente de las expectativas y evaluaciones de los demás, toma decisiones según juicios externos y moldea su manera de pensar y actuar según las demandas sociales.

- **Dominio del entorno:** Evalúa la capacidad de la persona para crear o seleccionar entornos que le favorezcan a satisfacer sus deseos y necesidades personales. Ello se logra a partir de actividades físicas o mentales en relación a los valores y necesidades, utilizando de manera efectiva las oportunidades del contexto. Por el contrario, puntuaciones bajas, expresan dificultades para manejar los asuntos que ocurren en el plano cotidiano, incapacidad para cambiar o mejorar su contexto, poca conciencia de las oportunidades del entorno, dejando pasar las oportunidades del ambiente.
- **Crecimiento personal:** Evalúa el proceso de la persona del desarrollo de su potencial, a través de nuevas experiencias y mejoras constantes. Una persona que obtiene puntuaciones altas tiene sensación de continuo desarrollo, se ve como alguien que crece y se expande, se encuentra abierta a nuevas experiencias; por lo que observa progreso tanto en su forma de ser y en sus comportamientos a lo largo del tiempo, a partir de ello, refleja mayor efectividad y conocimiento de sí mismo. Al contrario, puntuaciones bajas expresan una sensación de estancamiento personal, carencia de sentido de que están mejorando a través del tiempo; por ende, se sienten incompetentes para desarrollar nuevas actitudes o comportamientos; así como, aburridos y desinteresados por lo que están viviendo y lo viene en un futuro.
- **Propósito en la vida:** Evalúa la capacidad de la persona para tener metas en la vida y un sentido de direccionalidad; así como, otorgarle un sentido tanto a lo que se está viviendo como a lo que ya ocurrió. Además, hace referencia al tener fines y objetivos para la vida. De manera contraria, una persona que con puntuaciones bajas denota una carencia de sentido de significado hacia la vida, posee pocas metas, así como, direccionalidad frente a su historia, no ve el pasado como algo que obtenga un propósito y le cuesta tener un panorama o creencias que le dé a su vida un sentido.

Se adjunta una tabla que presenta los ítems agrupados de acuerdo a las seis dimensiones antes descritas y que deberán calificar de acuerdo a los siguientes criterios:

- a) **Representación del área:** Los ítems pertenecen a la dimensión correspondiente. Este criterio se calificará con un puntaje que va de 1 al 5, donde 1 significa que el ítem es poco representativo del factor; y 5, que es muy representativo del factor.
- b) **Claridad de la redacción:** Los ítems tienen una sintaxis y semántica que permiten entenderlos con facilidad. Este criterio se calificará con un puntaje que va del 1 al 5, donde 1 significa que el ítem no es claro en su redacción; y 5, que es bastante claro en su redacción.

Asimismo, se presenta una columna con las modificaciones propuestas de ciertos ítems, los cuales serán calificados con los criterios mencionados anteriormente. En caso de considerar que un ítem es poco representativo del área o no es claro en su redacción, por favor indicar su razón o duda en la casilla de observaciones.

Para poder calificar los ítems, por favor colocar una “X” en la casilla que se encuentra debajo de la puntuación seleccionada.

Muchas gracias por su amable atención a la presente.  
Atentamente,

Naomi Del Pilar Alvarez Solórzano



**Dimensión Autoaceptación:** Evalúa el nivel de conciencia y aceptación de los valores personales y de las limitaciones que posee uno mismo. Se considera el eje central de la salud mental, el funcionamiento positivo y madurez. Una puntuación elevada en esta dimensión, expresa que una persona posee una aceptación positiva frente a su persona, sus conocimientos y se acepta de manera general, tanto con sus fortalezas como con sus debilidades. Una puntuación baja, hace referencia a una persona que experimenta sentimientos de insatisfacción y decepción con lo que ha acontecido en su vida; así como, deseos de ser diferente.

Autoaceptación	Ítems propuestos	Representación del área					Claridad en la redacción					Observaciones
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas.	Cuando repaso mi vida, estoy contento/a con cómo han pasado las cosas											
7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	

<p>17. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.</p>		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
<p>24. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.</p>		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	

**Dimensión Relaciones positivas:** Evalúa la capacidad de mantener relaciones cercanas con los demás, teniendo como base la confianza y la empatía; se relaciona también con el nivel de preocupación por el bienestar de los demás. La habilidad para amar es vista como un componente central de la salud mental. Por ende, las personas que tengan puntuaciones elevadas en dicha dimensión son personas con elevada capacidad de ponerse en el lugar de los demás, afecto e intimidad y entienden el dar y recibir de las relaciones humanas; por el contrario, aquellas con niveles bajos, poseen pocas relaciones cercanas con los demás, se les dificulta ser cálidos, abiertos y preocupados con los demás; además, se sienten frustrados en las relaciones interpersonales por lo que no mantienen vínculos significativos con los otros, les cuesta relacionarse con los demás en un nivel más profundo.

Relaciones positivas	Ítems propuestos	Representación del área					Claridad en la redacción					Observaciones
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.	A menudo me siento solo/a porque tengo pocos amigos cercanos a los que puedo compartirles mis preocupaciones	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	

<p>12. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.</p>	<p>Siento que mis amigos me ayudan en muchas cosas</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
<p>22. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza</p>	<p>No he tenido muchas relaciones cercanas y de confianza</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
<p>25. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.</p>		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

**Dimensión Autonomía:** Evalúa el grado en que las personas mantienen su independencia y autoridad personal; implica la autodeterminación y la capacidad para resistir a las presiones sociales. Puntuaciones altas en esta dimensión, hacen referencia a una persona determinada e independiente, capaz de resistir a las presiones sociales (al momento de pensar y actuar) de regular su comportamiento a través de un locus de control interno y se evalúa a partir de estándares personales, más no colectivos. Por el contrario, una persona que saca puntuaciones bajas, se mantiene pendiente de las expectativas y evaluaciones de los demás, toma decisiones según juicios externos y moldea su manera de pensar y actuar según las demandas sociales.

Autonomía	Ítems propuestos	Representación del área					Claridad en la redacción					Observaciones	
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5		
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.	Me preocupa la opinión que los demás tienen sobre las decisiones que he hecho en mi vida												
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.	Suelo preocuparme sobre lo que los demás piensan de mí												
13. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones	Generalmente me dejo influenciar por personas con fuertes creencias												

18. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.	Tengo confianza en mis opiniones aun cuando son opuestas a lo que la mayoría opina	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5			
23. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos	Es difícil para mí expresar mis opiniones en temas controversiales	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5			

**Dimensión Dominio del entorno:** Evalúa la capacidad de la persona para crear o seleccionar entornos que le favorezcan a satisfacer sus deseos y necesidades personales. Ello se logra a partir de actividades físicas o mentales en relación a los valores y necesidades, utilizando de manera efectiva las oportunidades del contexto. Por el contrario, puntuaciones bajas, expresan dificultades para manejar los asuntos que ocurren en el plano cotidiano, incapacidad para cambiar o mejorar su contexto, poca conciencia de las oportunidades del entorno, dejando pasar las oportunidades del ambiente.

Dominio del entorno	Ítems propuestos	Representación del área					Claridad en la redacción					Observaciones
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.	Me resulta difícil alcanzar lo que quiero en la vida	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
10. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	

<p>14. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo</p>		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
<p>19. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.</p>	<p>Las dificultades del día a día muchas veces me deprimen</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
<p>29. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla</p>	<p>Si me sintiera infeliz con mi vida, intentaría cambiarla</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	

**Dimensión Crecimiento personal:** Evalúa el proceso de la persona del desarrollo de su potencial, a través de nuevas experiencias y mejoras constantes. Una persona que obtiene puntuaciones altas tiene sensación de continuo desarrollo, se ve como alguien que crece y se expande, se encuentra abierta a nuevas experiencias; por lo que observa progreso tanto en su forma de ser y en sus comportamientos a lo largo del tiempo, a partir de ello, refleja mayor efectividad y conocimiento de sí mismo. Al contrario, puntuaciones bajas expresan una sensación de estancamiento personal, carencia de sentido de que están mejorando a través del tiempo; por ende, se sienten incompetentes para desarrollar nuevas actitudes o comportamientos; así como, aburridos y desinteresados por lo que están viviendo y lo viene en un futuro.

Crecimiento personal	Ítems propuestos	Representación del área					Claridad en la redacción					Observaciones
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo												
26. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona	Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	

<p>27. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona</p>	<p>Tengo la sensación de que con el tiempo he mejorado mucho como persona</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
<p>28. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento.</p>	<p>Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de cambio y crecimiento</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

**Dimensión Propósito en la vida:** Evalúa la capacidad de la persona para tener metas en la vida y un sentido de direccionalidad; así como, otorgarle un sentido tanto a lo que se está viviendo como a lo que ya ocurrió. Además, hace referencia al tener fines y objetivos para la vida. De manera contraria, una persona que con puntuaciones bajas denota una carencia de sentido de significado hacia la vida, posee pocas metas, así como, direccionalidad frente a su historia, no ve el pasado como algo que obtenga un propósito y le cuesta tener un panorama o creencias que le dé a su vida un sentido.

Propósito en la vida	Ítems propuestos	Representación del área					Claridad en la redacción					Observaciones
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
11. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.	Soy una persona activa a la hora de realizar los proyecto que me propuse	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	

<p>15. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.</p>		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
<p>16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.</p>	<p>He sentido más satisfacción que frustración con lo que he alcanzado en la vida</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
<p>20. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.</p>		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	

## Anexo 5: Permiso de uso de las Escalas de Bienestar Psicológico

Solicitud para utilizar la adaptación de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff Recibidos x



**Naomi Alvarez** <nalvarez96.21@gmail.com>

4 jul. (hace 6 días) ★



para bernardo.moreno ▾

Estimado Bernardo,

Te saluda Naomi Alvarez Solórzano, soy estudiante de Psicología de la Universidad de Lima de Perú y actualmente me encuentro en el 11vo ciclo de la carrera realizando un proyecto de investigación pre-tesis.

Para este trabajo estoy investigando la relación entre la regulación emocional del paciente oncológico y el bienestar psicológico del cuidador primario, pues me encuentro trabajando en un centro especializado oncológico, de manera específica, en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas (INEN).

A partir de ello, te escribo este correo para presentarme; así como, para solicitarte el permiso con el fin de utilizar la adaptación que realizaste de esta escala junto a tus colaboradores y poder validarla al contexto peruano, pues creo que esta variable es importante dentro del contexto psicológico para que se realicen mayores investigaciones en otras personas dentro de mi país.

Agradezco de antemano tu atención, me encontraré a la espera  
Saludos cordiales,

\*\*\*



**Bernardo Moreno**

6 jul. (hace 4 días) ☆



para mí ▾

Apreciada Noemi,

Por mi parte encantado de que puedas utilizar la adaptación de nuestro grupo de trabajo del cuestionario de Escalas de bienestar en el trabajo. Espero y deseo que te pueda ser útil en tu trabajo.

Te envío la adaptación con algunas variantes.

saludos

Bernardo

## Anexo 6: Versión final de las Escalas de Bienestar Psicológico

Escalas de Bienestar Psicológico – Díaz et al., 2006

En el estudio del bienestar subjetivo también resulta de especial importancia ahondar en los niveles de bienestar interno o de fortaleza interna. Lee cada ítem y señala en qué medida sientes o experimentas estas emociones de **manera general en tu vida cotidiana**, usando la siguiente escala de respuesta:

1	2	3	4	5	6
Totalmente en desacuerdo					Totalmente de acuerdo

	Totalmente en desacuerdo						Totalmente de acuerdo					
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento/contenta con cómo han resultado las cosas.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
2. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
3. Me preocupa la opinión que los demás tienen sobre las decisiones que he tomado en mi vida.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
4. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia las metas que tengo.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
5. Disfruto haciendo planes para el futuro.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
6. Disfruto trabajar para alcanzar lo que me he propuesto para el futuro.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
7. En general, me siento seguro/segura conmigo mismo/misma.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
8. En general, me siento positivo/positiva conmigo mismo/misma.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
9. Suelo preocuparme sobre lo que los demás piensan de mí.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
10. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
11. Soy una persona proactiva a la hora de realizar los proyectos que me he propuesto.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
12. Siento que mis amigos me aportan muchas cosas.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
13. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
14. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
15. Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
17. Me gustan la mayoría de características de mi personalidad.	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6

18. Tengo confianza en mis opiniones aun cuando son opuestas a lo que la mayoría opina.	1	2	3	4	5	6
19. Las exigencias del día a día muchas veces me deprimen.	1	2	3	4	5	6
20. Tengo claro los objetivos de mi vida.	1	2	3	4	5	6
21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.	1	2	3	4	5	6
22. La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de quien soy.	1	2	3	4	5	6
23. La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de la vida que llevo.	1	2	3	4	5	6
24. Sé que puedo confiar en mis amigos.	1	2	3	4	5	6
25. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de cambio y crecimiento.	1	2	3	4	5	6
26. Mis amigos saben que pueden confiar en mí.	1	2	3	4	5	6
27. Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
28. Tengo la sensación de que con el tiempo he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
29. La vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje.	1	2	3	4	5	6
30. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.	1	2	3	4	5	6

## Anexo 7: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de autoaceptación

Frecuencias de selección de categorías de los ítems de la dimensión de autoaceptación

Características	n	%	As	Cu
"Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento/contenta con cómo han resultado las cosas."			- .83	.94
Totalmente en desacuerdo	5	1.26		
Muy en desacuerdo	10	2.52		
En desacuerdo	38	9.57		
De acuerdo	110	27.71		
Muy de acuerdo	169	42.57		
Totalmente de acuerdo	65	16.37		
"En general, me siento seguro/segura conmigo mismo/misma."			- .108	.89
Totalmente en desacuerdo	5	1.26		
Muy en desacuerdo	13	3.27		
En desacuerdo	28	7.05		
De acuerdo	75	18.89		
Muy de acuerdo	132	33.25		
Totalmente de acuerdo	144	36.27		
"En general, me siento positivo/positiva conmigo mismo/misma."			- 1.22	1.46
Totalmente en desacuerdo	5	1.26		
Muy en desacuerdo	8	2.02		
En desacuerdo	27	6.80		
De acuerdo	63	15.87		
Muy de acuerdo	141	35.52		
Totalmente de acuerdo	153	38.54		
"Me gustan la mayoría de características de mi personalidad."			- 1.07	1.84
Totalmente en desacuerdo	5	1.26		
Muy en desacuerdo	3	0.76		
En desacuerdo	24	6.05		
De acuerdo	85	21.41		
Muy de acuerdo	171	43.07		
Totalmente de acuerdo	109	27.46		

(continúa)

(continuación)

Características	n	%	As	Cu
"La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de quien soy."			- 1.27	1.73
Totalmente en desacuerdo	4	1.01		
Muy en desacuerdo	6	1.51		
En desacuerdo	22	5.54		
De acuerdo	63	15.87		
Muy de acuerdo	135	34.01		
Totalmente de acuerdo	167	42.07		
"La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de la vida que llevo."			- 1.20	1.57
Totalmente en desacuerdo	5	1.26		
Muy en desacuerdo	8	2.02		
En desacuerdo	24	6.05		
De acuerdo	69	17.38		
Muy de acuerdo	147	37.03		
Totalmente de acuerdo	144	36.27		

## Anexo 8: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de relaciones positivas

Frecuencias de selección de categorías de los ítems de la dimensión de relaciones positivas

Características	n	%	As	Cu
"A menudo me siento solo/sola porque tengo pocos amigos cercanos con los que puedo compartir mis preocupaciones."			-.84	-.43
Totalmente en desacuerdo	8	2.02		
Muy en desacuerdo	37	9.32		
En desacuerdo	51	12.85		
De acuerdo	40	10.08		
Muy de acuerdo	122	30.73		
Totalmente de acuerdo	139	35.01		
"Tengo a pocas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar."			.75	-.62
Totalmente en desacuerdo	144	36.27		
Muy en desacuerdo	95	23.93		
En desacuerdo	54	13.60		
De acuerdo	47	11.84		
Muy de acuerdo	41	10.33		
Totalmente de acuerdo	16	4.03		
"Siento que mis amigos me aportan muchas cosas."			- 1.03	1.06
Totalmente en desacuerdo	9	2.27		
Muy en desacuerdo	10	2.52		
En desacuerdo	35	8.82		
De acuerdo	85	21.41		
Muy de acuerdo	153	38.54		
Totalmente de acuerdo	105	26.45		
"He tenido pocas relaciones cercanas."			.41	- 1.02
Totalmente en desacuerdo	92	23.17		
Muy en desacuerdo	98	24.69		
En desacuerdo	63	15.87		
De acuerdo	61	15.37		
Muy de acuerdo	52	13.10		
Totalmente de acuerdo	31	7.81		

(continúa)

(continuación)

Características	n	%	As	Cu
"He tenido pocas relaciones de confianza."			.33	- 1.27
Totalmente en desacuerdo	96	24.18		
Muy en desacuerdo	95	23.93		
En desacuerdo	48	12.09		
De acuerdo	50	12.59		
Muy de acuerdo	68	17.13		
Totalmente de acuerdo	40	10.08		
"Sé que puedo confiar en mis amigos."			- 1.04	.68
Totalmente en desacuerdo	1	0.25		
Muy en desacuerdo	13	3.27		
En desacuerdo	26	6.55		
De acuerdo	66	16.62		
Muy de acuerdo	143	36.02		
Totalmente de acuerdo	148	37.28		
"Mis amigos saben que pueden confiar en mí."			- 1.98	6.07
Totalmente en desacuerdo	2	0.50		
Muy en desacuerdo	1	0.25		
En desacuerdo	5	1.26		
De acuerdo	29	7.30		
Muy de acuerdo	123	30.98		
Totalmente de acuerdo	237	59.70		

## Anexo 9: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de dominio del entorno

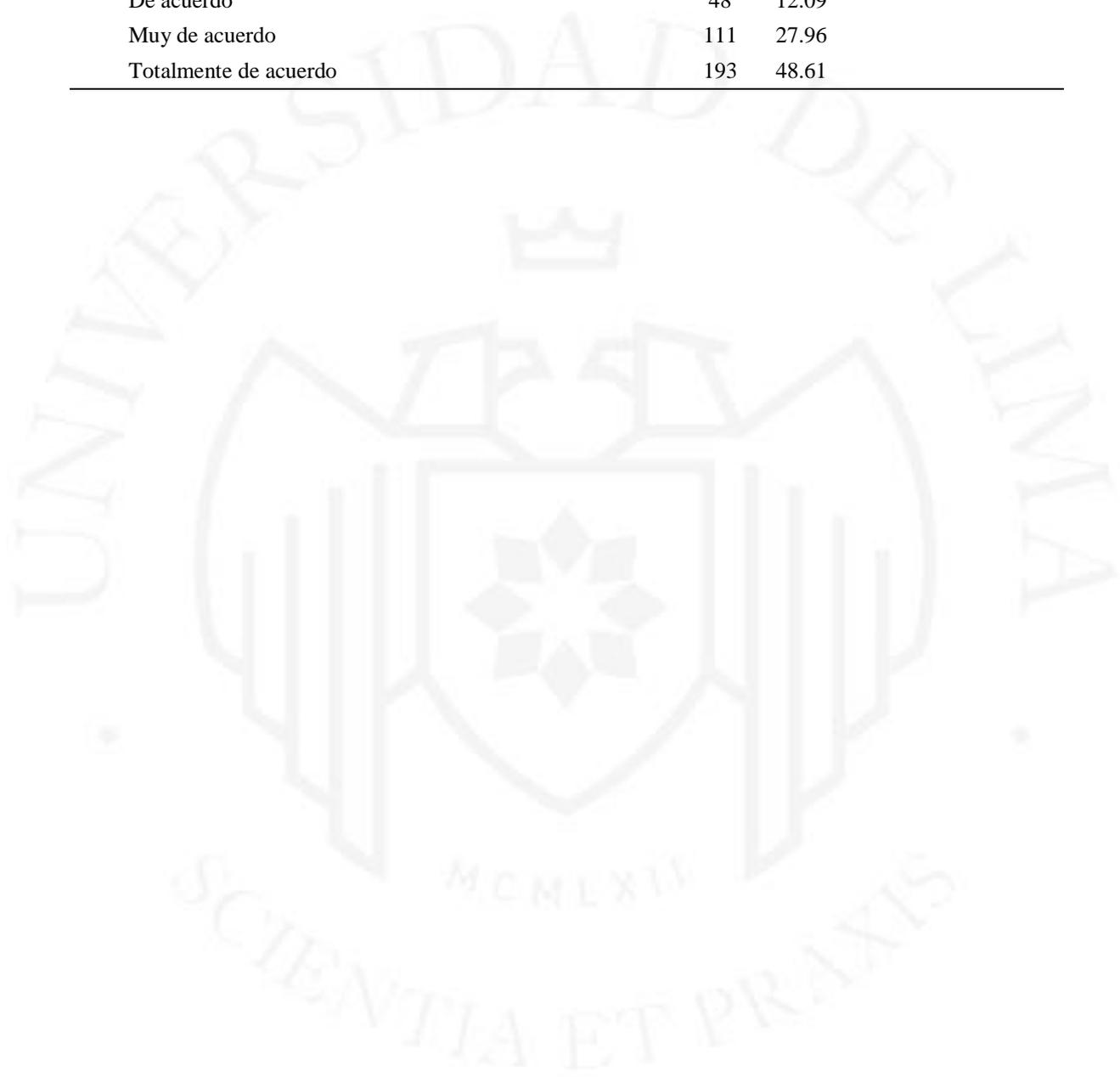
Frecuencias de selección de categorías de los ítems de la dimensión de dominio del entorno

Características	n	%	As	Cu
"Me resulta difícil dirigir mi vida hacia las metas que tengo."			- .69	- .58
Totalmente en desacuerdo	14	3.53		
Muy en desacuerdo	37	9.32		
En desacuerdo	56	14.11		
De acuerdo	58	14.61		
Muy de acuerdo	113	28.46		
Totalmente de acuerdo	119	29.97		
"He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto."			- 1.03	1.16
Totalmente en desacuerdo	10	2.52		
Muy en desacuerdo	10	2.52		
En desacuerdo	33	8.31		
De acuerdo	95	23.93		
Muy de acuerdo	155	39.04		
Totalmente de acuerdo	94	23.68		
"En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo."			- 1.34	2.15
Totalmente en desacuerdo	3	0.76		
Muy en desacuerdo	5	1.26		
En desacuerdo	21	5.29		
De acuerdo	51	12.85		
Muy de acuerdo	156	39.29		
Totalmente de acuerdo	161	40.55		
"Las exigencias del día a día muchas veces me deprimen."			- .61	- .66
Totalmente en desacuerdo	12	3.02		
Muy en desacuerdo	39	9.82		
En desacuerdo	62	15.62		
De acuerdo	60	15.11		
Muy de acuerdo	121	30.48		
Totalmente de acuerdo	103	25.94		

(continúa)

(continuación)

Características	n	%	As	Cu
"Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla."			- 1.52	2.01
Totalmente en desacuerdo	11	2.77		
Muy en desacuerdo	8	2.02		
En desacuerdo	26	6.55		
De acuerdo	48	12.09		
Muy de acuerdo	111	27.96		
Totalmente de acuerdo	193	48.61		



## Anexo 10: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de crecimiento personal

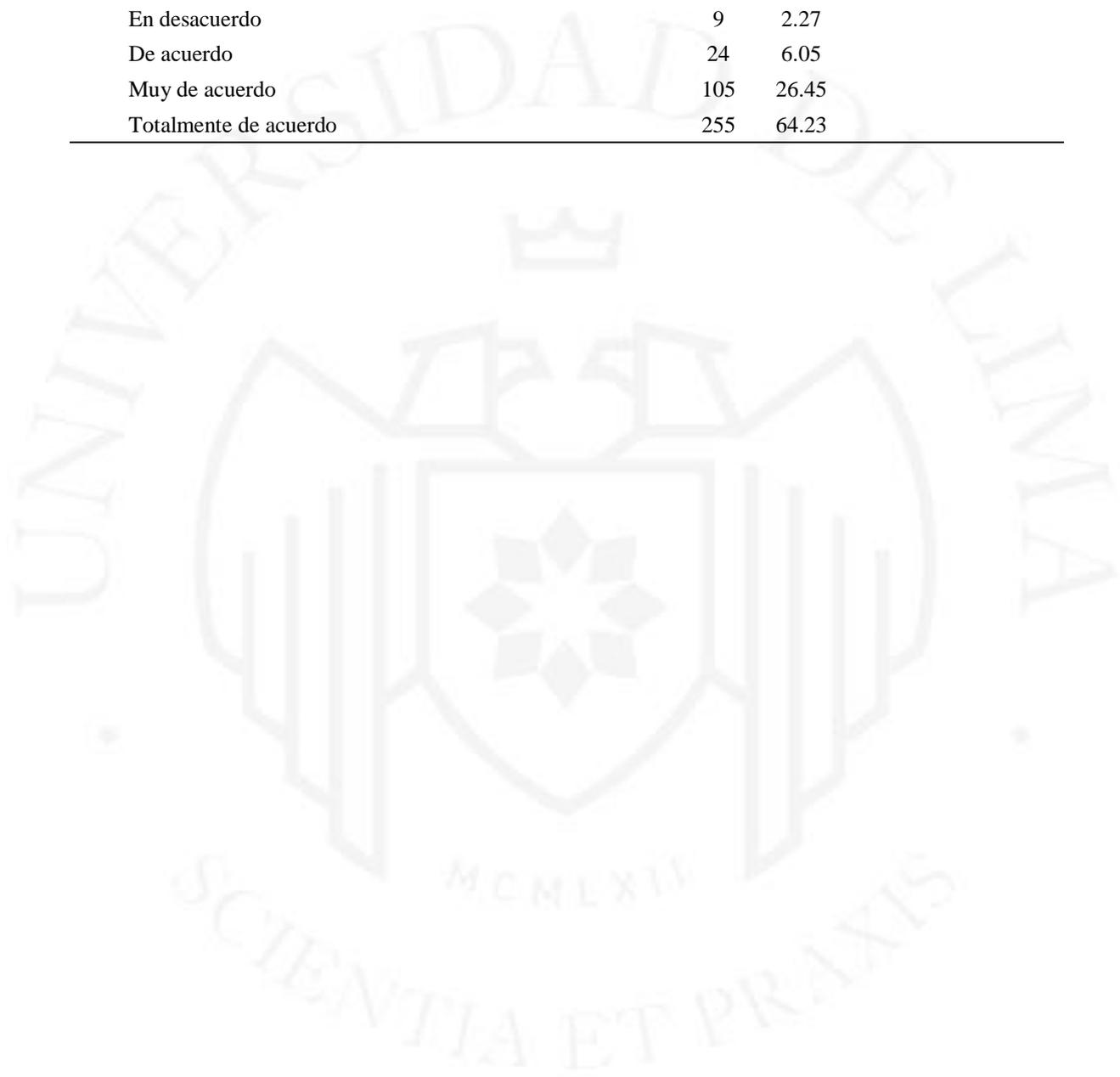
Frecuencias de selección de categorías de los ítems de la dimensión de crecimiento personal

Características	n	%	As	Cu
"En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo."			- 1.54	3.13
Totalmente en desacuerdo	2	0.50		
Muy en desacuerdo	1	0.25		
En desacuerdo	10	2.52		
De acuerdo	47	11.84		
Muy de acuerdo	120	30.23		
Totalmente de acuerdo	217	54.66		
"Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de cambio y crecimiento."			- 1.65	3.57
Totalmente en desacuerdo	2	0.50		
Muy en desacuerdo	2	0.50		
En desacuerdo	12	3.02		
De acuerdo	38	9.57		
Muy de acuerdo	129	32.49		
Totalmente de acuerdo	214	53.90		
"Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona."			- 1.07	- .22
Totalmente en desacuerdo	36	9.07		
Muy en desacuerdo	32	8.06		
En desacuerdo	22	5.54		
De acuerdo	36	9.07		
Muy de acuerdo	92	23.17		
Totalmente de acuerdo	179	45.09		
"Tengo la sensación de que con el tiempo he mejorado mucho como persona."			- 1.73	3.73
Totalmente en desacuerdo	5	1.26		
Muy en desacuerdo	3	0.76		
En desacuerdo	17	4.28		
De acuerdo	39	9.82		
Muy de acuerdo	138	34.76		
Totalmente de acuerdo	195	49.12		

(continúa)

(continuación)

Características	n	%	<i>A<sub>s</sub></i>	<i>C<sub>u</sub></i>
"La vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje. "			- 2.29	7.06
Totalmente en desacuerdo	3	0.76		
Muy en desacuerdo	1	0.25		
En desacuerdo	9	2.27		
De acuerdo	24	6.05		
Muy de acuerdo	105	26.45		
Totalmente de acuerdo	255	64.23		



## Anexo 11: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de autonomía

Frecuencias de selección de categorías de los ítems de la dimensión de autonomía

Características	n	%	<i>As</i>	<i>Cu</i>
"No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas."			- 1.07	.68
Totalmente en desacuerdo	10	2.52		
Muy en desacuerdo	13	3.27		
En desacuerdo	42	10.58		
De acuerdo	62	15.62		
Muy de acuerdo	138	34.76		
Totalmente de acuerdo	132	33.25		
"Me preocupa la opinión que los demás tienen sobre las decisiones que he tomado en mi vida."			- .83	- .08
Totalmente en desacuerdo	11	2.77		
Muy en desacuerdo	25	6.30		
En desacuerdo	48	12.09		
De acuerdo	71	17.88		
Muy de acuerdo	125	31.49		
Totalmente de acuerdo	117	29.47		
"Suelo preocuparme sobre lo que los demás piensan de mí."			- .755	- .20
Totalmente en desacuerdo	15	3.78		
Muy en desacuerdo	27	6.80		
En desacuerdo	49	12.34		
De acuerdo	82	20.65		
Muy de acuerdo	117	29.47		
Totalmente de acuerdo	107	26.95		
"Generalmente, me dejo influenciar por personas con creencias muy firmes."			- .70	- .45
Totalmente en desacuerdo	4	1.01		
Muy en desacuerdo	32	8.06		
En desacuerdo	46	11.59		
De acuerdo	78	19.65		
Muy de acuerdo	110	27.71		
Totalmente de acuerdo	127	31.99		

(continúa)

(continuación)

Características	n	%	As	Cu
"Tengo confianza en mis opiniones aun cuando son opuestas a lo que la mayoría opina."			- 1.06	1.63
Totalmente en desacuerdo	2	0.50		
Muy en desacuerdo	4	1.01		
En desacuerdo	20	5.04		
De acuerdo	67	16.88		
Muy de acuerdo	178	44.84		
Totalmente de acuerdo	126	31.74		
"Es difícil para mí expresar mis opiniones en asuntos polémicos."			- .54	- .82
Totalmente en desacuerdo	17	4.28		
Muy en desacuerdo	45	11.34		
En desacuerdo	67	16.88		
De acuerdo	52	13.10		
Muy de acuerdo	123	30.98		
Totalmente de acuerdo	93	23.43		

## Anexo 12: Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión de propósito en la vida

Frecuencias de selección de categorías de los ítems de la dimensión de propósito en la vida

Características	n	%	As	Cu
"Disfruto haciendo planes para el futuro."			- 1.08	.71
Totalmente en desacuerdo	1	0.25		
Muy en desacuerdo	13	3.27		
En desacuerdo	23	5.79		
De acuerdo	68	17.13		
Muy de acuerdo	125	31.49		
Totalmente de acuerdo	167	42.07		
"Disfruto trabajar para alcanzar lo que me he propuesto para el futuro."			- 1.52	2.94
Totalmente en desacuerdo	4	1.01		
Muy en desacuerdo	5	1.26		
En desacuerdo	13	3.27		
De acuerdo	55	13.85		
Muy de acuerdo	136	34.26		
Totalmente de acuerdo	184	46.35		
"Soy una persona proactiva a la hora de realizar los proyectos que me he propuesto."			- 1.09	1.52
Totalmente en desacuerdo	5	1.26		
Muy en desacuerdo	6	1.51		
En desacuerdo	23	5.79		
De acuerdo	84	21.16		
Muy de acuerdo	152	38.29		
Totalmente de acuerdo	127	31.99		
"Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado."			- .72	- .05
Totalmente en desacuerdo	11	2.77		
Muy en desacuerdo	32	8.06		
En desacuerdo	43	10.83		
De acuerdo	101	25.44		
Muy de acuerdo	137	34.51		
Totalmente de acuerdo	73	18.39		

(continúa)

(continuación)

Características	n	%	As	Cu
"Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro."			- 1.32	2.50
Totalmente en desacuerdo	2	0.50		
Muy en desacuerdo	3	0.76		
En desacuerdo	14	3.53		
De acuerdo	51	12.85		
Muy de acuerdo	162	40.81		
Totalmente de acuerdo	165	41.56		
"Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí."			- 1.16	1.63
Totalmente en desacuerdo	8	2.02		
Muy en desacuerdo	7	1.76		
En desacuerdo	26	6.55		
De acuerdo	83	20.91		
Muy de acuerdo	155	39.04		
Totalmente de acuerdo	118	29.72		
"Tengo claro los objetivos de mi vida."			- 1.12	1.30
Totalmente en desacuerdo	5	1.26		
Muy en desacuerdo	7	1.76		
En desacuerdo	26	6.55		
De acuerdo	76	19.14		
Muy de acuerdo	139	35.01		
Totalmente de acuerdo	144	36.27		

## Anexo 13: Análisis factorial exploratorio de los 35 ítems

Análisis factorial exploratorio de los 35 ítems

Ítems	Factor 1
IT01	-.68
IT02	-.43
IT03	-.45
IT04	-.44
IT05	-.55
IT06	-.60
IT07	-.66
IT08	-.82
IT09	-.85
IT10	.38
IT11	-.44
IT12	-.74
IT13	-.74
IT14	-.45
IT15	-.38
IT16	-.62
IT17	-.69
IT18	-.75
IT19	-.75
IT20	-.79
IT21	-.66
IT22	-.58
IT23	-.75
IT24	-.65
IT25	.41
IT26	.32
IT27	-.83
IT28	-.84
IT29	-.56
IT30	-.63
IT31	-.63
IT32	-.47
V33	-.70
V34	-.70
V35	-.60

## Anexo 14: Análisis factorial exploratorio de los 32 ítems

Análisis factorial exploratorio de 32 ítems

Ítems	Factor 1
IT01	-.69
IT02	-.41
IT03	-.45
IT04	-.44
IT05	-.54
IT06	-.60
IT07	-.67
IT08	-.82
IT09	-.85
IT10	-.43
IT11	-.74
IT12	-.74
IT13	-.44
IT14	-.63
IT15	-.69
IT16	-.76
IT17	-.75
IT18	-.79
IT19	-.66
IT20	-.57
IT21	-.75
IT22	-.66
IT23	.38
IT24	-.83
IT25	-.85
IT26	-.55
IT27	-.64
IT28	-.62
IT29	-.46
IT30	-.71
IT31	-.71
IT32	-.61

## Anexo 15: Análisis factorial exploratorio de los 31 ítems

Análisis factorial exploratorio de 31 ítems

Ítems	Factor 1
IT01	.68
IT02	.40
IT03	.46
IT04	.44
IT05	.53
IT06	.60
IT07	.67
IT08	.82
IT09	.85
IT10	.43
IT11	.74
IT12	.74
IT13	.44
IT14	.63
IT15	.68
IT16	.76
IT17	.75
IT18	.79
IT19	.67
IT20	.56
IT21	.75
IT22	.67
IT23	.84
IT24	.85
IT25	.55
IT26	.64
IT27	.62
IT28	.46
IT29	.71
IT30	.71
IT31	.61