

Avances en el estudio del bienestar psicológico: su medida en población general

Autores: Claudia Elena Castañeiras, Susana Verdinelli, María Cristina Posada

E-mail: claudiamdq@gmail.com

Institución: Universidad Nacional de Mar del Plata

Resumen

El estudio del bienestar psicológico (BP) ha ocupado en los últimos 20 años un importante volumen de desarrollos de investigación teórica y técnica derivados de enfoques que enfatizan la relevancia de variables salugénicas para entender los procesos involucrados en la salud-enfermedad y el funcionamiento psicológico positivo. Existe consenso en considerar que el BP es un estado que varía intra e interindividualmente en función de variables personales, ambientales y contextuales. Los estudios sobre BP han respondido a dos grandes tradiciones: una relacionada básicamente con la felicidad conocida como bienestar hedónico, y otra ligada al desarrollo del potencial humano denominada bienestar eudaimónico (Ryan y Deci, 2001). Estas diferencias han dado lugar a dos tendencias conceptuales distinguibles: mientras la tradición del bienestar subjetivo ha mostrado un interés especial en el estudio de los afectos y la satisfacción con la vida, el bienestar psicológico ha centrado su atención en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal. De todos modos, ambas vertientes proponen indicadores principales del funcionamiento positivo. Uno de los autores representativos en el tema es Carol Ryff (1989a, 1989b, 1995, 2002) quien sintetizó estos desarrollos en un modelo multidimensional del constructo bienestar psicológico consistente en seis dimensiones: Autoaceptación, Relaciones positivas con otras personas, Autonomía, Dominio del entorno, Propósito en la vida y Crecimiento personal. Ryff (1989) considera que el BP está compuesto por: una apreciación positiva de sí mismo, la capacidad para manejar de forma efectiva el medio y la propia vida, la calidad de los vínculos personales, la creencia de que la vida tiene propósito y significado, el sentimiento de que uno va creciendo y desarrollándose a lo largo de la vida y el sentido de autodeterminación como valores centrales de un balance personal satisfactorio. Para medir estas dimensiones teóricas la autora desarrolló una medida de seis escalas que describen criterios principales para evaluar este constructo, y que están referidas a la actitud hacia sí mismo, a la capacidad de establecer relaciones satisfactorias y de confianza con otros, al grado de autodeterminación y autonomía, al sentido de

control y competencia social, al despliegue de una vida significativa y al sentimiento de un desarrollo personal constructivo. El objetivo de este trabajo es presentar la versión argentina de la escala de Bienestar Psicológico (Ryff, 1989ab, 1995) y los resultados preliminares del estudio técnico realizado en nuestra población. Se administraron las Escalas de Bienestar Psicológico a una muestra por cuotas de 830 adultos (56% mujeres; 44% hombres) con un rango de edad 18-65 años. Se estudiaron las propiedades psicométricas del instrumento, se compararon los índices de fiabilidad con las versiones española (Díaz y col., 2006) y estadounidense propuesta por Ryff(1995), y se analizó la aplicabilidad del instrumento. Las escalas mostraron una consistencia interna adecuada con valores similares a los reportados por las investigaciones mencionadas.

Este estudio preliminar proporciona datos que justifican por un lado la necesidad de continuar el estudio de la calidad técnica del instrumento y su aplicabilidad en nuestro contexto, pero también constituye un avance relevante en el campo de la evaluación psicológica al ofrecer modos instrumentales para indagar aspectos sustantivos del funcionamiento psicológico que modulan las vicisitudes de la experiencia.

Palabras clave: Bienestar psicológico; estudio técnico; evaluación psicológica; población general