

BIENESTAR PSICOLÓGICO, EDAD Y GÉNERO EN UNIVERSITARIOS ESPAÑOLES

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING, AGE, AND, GENDER AMONG SPANISH UNDERGRADUATES

Recibido: 14 de Marzo del 2013 | Aceptado: 28 de Abril del 2013

JOAQUIN **GARCÍA-ALANDETE**¹

(UNIVERSIDAD CATÓLICA DE VALENCIA SAN VICENTE MARTIR, Valencia, España)

RESUMEN

Se analizaron las diferencias en bienestar psicológico en función de la edad y el sexo, en una muestra de 180 estudiantes universitarios (138 mujeres, 76.7%; 42 hombres, 23.3%) con edades entre 18 y 55 años, $M = 22.91$, $DT = 6.71$. Se utilizó una adaptación española de las *Escala de Bienestar Psicológico* de Ryff y para los análisis de las diferencias se llevó a cabo la prueba de Mann-Whitney para la comparación entre grupos. Los participantes adultos maduros (30-55 años) puntuaron significativamente más alto que los jóvenes (18-29 años) en Autoaceptación, Dominio del Entorno, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida, y las mujeres significativamente más alto que los hombres en Crecimiento Personal. Las diferencias asociadas a la edad podrían relacionarse con cambios significativos en las tendencias motivacionales a lo largo del ciclo vital, y las diferencias en función del género podrían explicarse por orientaciones axiológicas distintas entre hombres y mujeres.

PALABRAS CLAVE: Edad, bienestar psicológico, sexo, Ryff.

ABSTRACT

Differences in psychological well-being as functions of age and gender were analyzed in a sample of 180 Spanish undergraduates (138 women, 76.7%; 42 men, 23.3%) aged 18-55, $M = 22.91$, $SD = 6.71$. A Spanish adaptation of the Ryff's Scales of Psychological Well-Being and the Mann-Whitney test were used to analyze the differences. The mature participants (30-55 years) scored significantly higher than the youthful participants (18-29 years) in environmental mastery, personal growth, self-acceptance, and purpose in life. Women scored significantly higher than men in personal growth. The differences related to age may be linked to significant changes in motivational trends between youth and maturity, and differences by gender may be explained by different axiological orientations between men and women.

KEY WORDS: Age, psychological well-being, sex, Ryff.

1. E-mail: ximo.garcia@ucv.es Correspondencia: Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir, Valencia, España.

INTRODUCCIÓN

En Psicología se han desarrollado dos perspectivas en la conceptualización del bienestar: la hedónica y la eudaimónica (Peterson, Park y Seligman, 2005; Ryan y Deci, 2001). La hedónica sostiene que el placer es el mayor bien, el que aporta al individuo la mayor felicidad, y se asocia en la actualidad al «bienestar subjetivo», entendido en términos de ausencia de emociones negativas, experiencia de emociones positivas y satisfacción vital (Diener, Suh, Luca y Smith, 1999; Kim-Prieto, Diener, Tamir, Scollon y Diener, 2005). La eudaimónica sostiene que la felicidad está formada por un conjunto de variables: autodeterminación, logro de metas, sentido de la vida, actualización de los potenciales personales y autorrealización; esta concepción se asocia al «bienestar psicológico», que incluiría el crecimiento personal y la actualización de las capacidades como evidencia de funcionamiento psicológico positivo (Keyes, 2006; Ring, Höfer, McGee, Hickey y O'Boyle, 2007; Ryan y Huta, 2009).

Carol Ryff concibió el bienestar psicológico desde claves eudaimónicas, como desarrollo personal y compromiso con los desafíos existenciales de la vida, construyendo para su medida las *Psychological Well-Being Scales* (PWBS; Ryff, 1989a), que incluyen seis dimensiones (Christopher, 1999; Keyes, Shmotkin y Ryff, 2002; Ryff, 1989b; Ryff y Singer, 2008):

- Autoaceptación: autoevaluaciones positivas y de la propia vida pasada; reconocimiento y aceptación de los múltiples aspectos del yo, incluyendo las cualidades negativas tanto como las positivas.
- Relaciones Positivas: relaciones interpersonales de calidad, satisfactorias y auténticas; preocupación por el bienestar de los demás; capacidad de empatía,

afecto e intimidad; comprensión de la reciprocidad que exigen las relaciones humanas.

- Autonomía: sentido de autodeterminación e independencia; resistencia a la presión social para pensar y actuar de determinada manera; autoevaluación basada en estándares personales.
- Dominio del Entorno: capacidad de gestionar con eficacia la propia vida y el mundo circundante; uso competente de los recursos disponibles en el medio; capacidad de elegir o crear contextos que satisfagan las necesidades y valores personales.
- Crecimiento Personal: sentido de crecimiento y desarrollo continuo como persona; autopercepción de expansión personal; apertura a nuevas experiencias; sentido de realización del potencial personal; cambios en direcciones que indican un incremento de autoconocimiento y eficacia.
- Propósito en la Vida: capacidad de establecer metas vitales y sentido de autodirección; persistencia en el cumplimiento de objetivos vitalmente importantes; creencia de que la propia vida, tanto pasada como presente, es útil y tiene un sentido;

Diferentes versiones de estas escalas han sido objeto de análisis factoriales confirmatorios, obteniéndose en algunos casos resultados insatisfactorios (Tomás, Meléndez, Oliver, Navarro y Zaragoza, 2010; Tomás, Meléndez y Navarro, 2008; Triadó, Villar, Solé y Celdrán, 2007), y satisfactorios en otros (Díaz et al., 2006; Fernandes, Vasconcelos-Raposo y Teixeira, 2010; Véliz-Burgos, 2012; Véliz-Burgos y Apodaca, 2012). Por otra parte, la edad y el

género, variables consideradas en este trabajo, se han revelado asociadas a diferencias significativas en bienestar psicológico, e importantes, por tanto, para su comprensión (Croese, Nicholas, Gobble y Frank, 1992; Eberst, 1984; Ryff y Keyes, 1995; Ryff y Singer, 1996; Wissing y Van Eeden, 1997). Con todo, los resultados obtenidos hasta el momento al respecto son dispares, estando lejos de ser comprendidas las relaciones entre género, edad y bienestar psicológico.

Edad y bienestar psicológico

Ryff (1989a) encontró que las puntuaciones en Dominio del Entorno aumentaban entre adultos medios (30-64 años) y mayores (65 años o más) con respecto a jóvenes (18-29 años), y también las puntuaciones en Autonomía de jóvenes a adultos medios. Por el contrario, disminuían las puntuaciones en Propósito en la Vida y Crecimiento Personal en el grupo de mayores, sin diferencias entre jóvenes y adultos medios. Por último, no se daban diferencias significativas entre los tres grupos de edad en Autoaceptación y Relaciones Positivas.

Estos patrones se repitieron en otros trabajos con los mismos grupos de edad (Ryff, 1991; Ryff y Keyes, 1995): un aumento en Autonomía del grupo de jóvenes al de adultos medios; en Dominio del Entorno, los adultos medios y mayores mostraron puntuaciones más altas que los jóvenes; en Crecimiento Personal y Propósito en la Vida el grupo de mayores puntuó menos que los jóvenes y los adultos medios. No obstante, a diferencia de Ryff (1989a, 1991), Ryff y Keyes (1995) hallaron que en Relaciones Positivas el grupo de mayores puntuó más alto, y que no fueron significativas las diferencias en Autoaceptación.

Clarke, Marshal, Ryff y Rosenthal (2000) hallaron que Autonomía y Autoaceptación no estaban relacionadas significativamente

con la edad, mientras que el resto de dimensiones de bienestar psicológico lo estaban negativamente. Ryff, Kwan y Singer (2001) encontraron que las puntuaciones en Autonomía y en Dominio del Entorno mostraban una tendencia a aumentar con la edad, mientras que disminuían las puntuaciones en Crecimiento Personal y en Propósito en la Vida, y las puntuaciones en Relaciones Positivas y en Autoaceptación no mostraban variaciones significativas. Chen y Persson (2002) hallaron que adultos mayores (60-101 años) puntuaron más en Autonomía y Dominio del Entorno que jóvenes (17-30 años), mientras que éstos alcanzaban puntuaciones superiores en Propósito en la Vida y en Crecimiento Personal. Ryff, Keyes y Hughes (2003) obtuvieron relaciones positivas entre Autonomía, Dominio del Entorno, Relaciones Positivas, Autoaceptación y edad, mientras que Propósito en la Vida y Crecimiento Personal se relacionaban con ésta negativamente.

Pudrovska, Springer y Hauser (2005), en un estudio en el que, basándose en comparaciones transversales y longitudinales, contrastaban las diferencias asociadas a la edad en bienestar psicológico de las que informaban tres grandes encuestas americanas (*Wisconsin Longitudinal Study –WLS–*, *National Survey of Families and Households –NSFH–* y *Midlife in the United States –MIDUS–*), concluyeron (1) que las comparaciones transversales que las puntuaciones en Crecimiento Personal y en Propósito en la Vida eran a menudo, pero no siempre, más bajas en los grupos de más edad comparados con los más jóvenes, mientras que sus puntuaciones en Dominio del Entorno tendían a ser más altas; las tendencias observadas en Autonomía, Relaciones Positivas y Autoaceptación no fueron consistentes; (2) que las comparaciones longitudinales (a lo largo de una década) que Crecimiento Personal, Propósito en la Vida, Autonomía y Autoaceptación declinaban con la edad,

mientras que Dominio del Entorno aumentaba ligeramente y Relaciones Positivas no mostraba cambios significativos.

Lindfors, Berntsson y Lundberg (2006) encontraron que la edad se asociaba positivamente a diferencias en Autoaceptación: a más edad, puntuaciones más altas. De los datos de la encuesta MIDUS, Ryff y Singer (2008) observaron que las puntuaciones en Autonomía y en Dominio del Entorno aumentaban con la edad, las puntuaciones en Crecimiento Personal y Propósito en la Vida decrecían, y Autoaceptación y Relaciones Positivas (esta última sólo en el caso de las mujeres) mostraban pequeñas variaciones. Con una muestra de universitarios bonaerenses, Zubieta, Fernández y Osa (2012) hallaron, comparando grupos de 18-23 años, 24-30 años y 31-58 años, que con la edad aumentaban significativamente las puntuaciones medias en Autonomía y Dominio del Entorno. Véliz-Burgos y Apodaca (2012), comparando 691 adolescentes, jóvenes y adultos chilenos con edades entre 17 y 30 años, no hallaron diferencias significativas en ninguna de las dimensiones del bienestar psicológico en función de la edad.

En resumen, parece que con la edad se produce un aumento en las puntuaciones en Dominio del Entorno, Autonomía, Autoaceptación y Relaciones Positivas, especialmente las dos primeras, y una disminución en las del resto de dimensiones de bienestar psicológico, especialmente de Propósito en la Vida y de Crecimiento Personal. Con todo, los resultados de los estudios son lo suficientemente divergentes como para afirmar que las relaciones entre la edad y el bienestar psicológico no están del todo claras, y sugieren la conveniencia de sumar evidencias empíricas a las ya existentes.

Género y bienestar psicológico

El mismo punto de partida teórico del modelo de Ryff ofrece pocas ideas sobre las diferencias entre hombres y mujeres, y los resultados empíricos al respecto son contradictorios (Roothman, Kirsten y Wissing, 2003; Ryff, 1995; Ryff y Singer, 1998; Strümpfer, 1995). Ryff (1989a, 1991), Ryff, Lee, Essex y Schmutte (1994) y Ryff, Lee y Na (1993) encontraron que las mujeres (de todas las edades) puntuaban significativamente más alto que los hombres en Relaciones Positivas y en Crecimiento Personal, mientras que en las otras cuatro dimensiones las diferencias no fueron significativas. Ryff y Keyes (1995) y Vleioras y Bosma (2005) y Barra (2011) hallaron que las mujeres puntuaban significativamente más alto en Relaciones Positivas, y en el trabajo de Ryff et al. (2003) las mujeres alcanzaron puntuaciones más altas en Propósito en la Vida y en Autonomía. Lindfors et al. (2006) hallaron que las mujeres puntuaron significativamente más alto en Propósito en la Vida y en Relaciones Positivas, y los hombres en Dominio del Entorno, en un grupo de adultos medios suecos.

Con una muestra de universitarios peruanos, Velásquez et al. (2008) hallaron que las mujeres alcanzaban una puntuación media más alta en la puntuación global de bienestar psicológico. Yáñez y Cárdenas (2010) hallaron, en un grupo de inmigrantes sudamericanos a Chile, que los hombres alcanzaban una puntuación media más alta en Propósito en la Vida, y las mujeres en Crecimiento Personal. Con una muestra compuesta por universitarios bonaerenses, Zubieta y Delfino (2010) hallaron que las mujeres obtenían puntuaciones medias significativamente más altas que los hombres en las dimensiones Dominio del Entorno y Propósito en la Vida, concluyendo que experimentan una mayor capacidad para elegir entornos favorables y para controlar o influir en su contexto, así como una mayor direccionalidad y metas vitales

que los hombres. Zubieta, Fernández y Sosa (2012) hallaron que las mujeres alcanzaban medias significativamente más altas en Relaciones Positivas y Crecimiento Personal, y los hombres en Autoaceptación y Autonomía. Zubieta, Muratori y Fernández (2012) comprobaron, con una muestra de estudiantes universitarios bonaerenses, que las mujeres alcanzaban una puntuación media más alta en Relaciones Positivas y Crecimiento Personal, mientras que los hombres alcanzaban una puntuación media más alta en Autonomía.

Visani et al. (2011) no encontraron diferencias significativas en un grupo de adolescentes. Perez (2012) encontró con una muestra de jóvenes filipinos que las mujeres puntuaban significativamente más alto en Relaciones Positivas y en Propósito en la Vida, y los hombres en Autonomía. Con una muestra compuesta por personas mayores chilenas, Vivaldi y Barras (2012) hallaron que los hombres puntuaban más alto en todas las medidas de bienestar psicológico excepto en crecimiento personal, siendo las diferencias significativas en bienestar psicológico global y Relaciones Personales. Véliz-Burgos y Apodaca (2012) encontraron que las mujeres alcanzaban una puntuación media más alta que los hombres en Dominio del Entorno.

Sin dejar de tener en cuenta las divergencias entre los trabajos reseñados, puede concluirse que, en términos generales, las mujeres tienden a puntuar significativamente más alto en Relaciones Positivas, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida, siendo muy divergentes los resultados en el resto de dimensiones del bienestar psicológico.

El objetivo de este trabajo consiste en analizar las diferencias en bienestar psicológico en función del género y la edad, en un grupo de universitarios españoles. Las hipótesis que formulamos al respecto son (1) que a mayor edad, menor

puntuación en Crecimiento personal y Propósito en la Vida, y mayor puntuación en Dominio del Entorno, Autonomía, Autoaceptación y Relaciones Positivas (especialmente en las dos primeras) y (2) que las mujeres puntuarán más alto en Relaciones Positivas, Propósito en la vida y Crecimiento Personal.

MÉTODO

Participantes

Este estudio incluyó 180 estudiantes de la diplomatura en Magisterio en una universidad privada de Valencia, España, concretamente 138 mujeres, 76.7%, y 42 hombres, 23.3%, con edades comprendidas entre los 18 y los 55 años, $M = 22.91$, $DT = 6.71$, reclutados mediante muestreo incidental no aleatorio.

Instrumentos

Escalas de Bienestar Psicológico (EBP; Ryff, 1989a, 1989b). Se usó la adaptación española de Díaz et al. (2006) de 29 ítems tipo Likert (1 = Totalmente en desacuerdo, 6 = Totalmente de acuerdo), que mide el bienestar psicológico a través de las escalas Autoaceptación, Relaciones Positivas, Autonomía, Dominio del Entorno, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida. Esta versión obtuvo un adecuado ajuste a través de análisis factorial confirmatorio en el estudio de Díaz et al. (2006), $\chi^2(345) = 615.76$, $p < .001$, CFI = .95, NNFI = .94, SRMR = .05, RMSEA = .04.

Procedimiento y análisis

Los participantes cumplieron en una sesión colectiva, anónima y voluntariamente, en un tiempo promedio de 30 minutos, el protocolo que solicitaba información sobre su género, edad y las escalas de bienestar psicológico, entre otras no utilizadas en este trabajo, en las aulas en las que de ordinario desarrollaban su

actividad académica, bajo nuestra supervisión.

Para los análisis estadísticos se usó el programa SPSS 15.0 para Windows. Concretamente, se obtuvieron los estadísticos descriptivos y se estimó la consistencia interna (alfa de Cronbach) de las EBP, y se analizaron las diferencias en función de la edad y del género mediante la prueba *U* de Mann-Whitney.

RESULTADOS

La Tabla 1 muestra los estadísticos descriptivos y la consistencia interna (alfa de Cronbach) de las escalas de bienestar psicológico. La consistencia interna alcanzó valores entre aceptable (Dominio del Entorno y Crecimiento Personal) y alta (Autoaceptación) (Gronlund, 1985; Nunnally, 1978), siendo en su conjunto similares a los obtenidos por Díaz et al. (2006).

TABLA 1.
Estadísticos descriptivos y consistencia interna de las escalas.

Escalas	Mín.	Máx.	<i>M</i>	<i>DT</i>	α
Autoaceptación	7	24	18.65	3.58	.80
Relaciones Positivas	11	30	24.43	4.56	.76
Autonomía	6	36	26.37	5.22	.74
Dominio del Entorno	29	54	43.291	5.88	.64
Crecimiento Personal	11	24	20.37	2.98	.69
Propósito en la Vida	12	30	23.75	3.92	.78

Se codificó la edad en dos grupos, 18-29 años, $n = 156$, 86.7%, y 30-55 años, $n = 24$, 13.3%, para contrastar los resultados con los trabajos precedentes. Los resultados de la prueba de Kolmogorov-Smirnov sugirieron el empleo de estadísticos no paramétricos, usándose el test *U* de Mann-Whitney para dos muestras independientes.

El grupo de 30-55 años obtuvo rangos promedio más altos en todas las escalas de bienestar psicológico, indicando el test de Mann-Whitney diferencias significativas en Autoaceptación, $U = 1275$, $p = .012$, Dominio del Entorno, $U = 985$, $p = .000$, Crecimiento Personal, $U = 1288$, $p = .013$, y Propósito en la Vida, $U = 1195$, $p = .004$. Las diferencias no fueron significativas para Relaciones Positivas, $U = 1785.5$, $p = .715$; Autonomía, $U = 1562.5$, $p = .192$.

En cuanto al género, las mujeres alcanzaron un rango más alto en Relaciones Positivas, Dominio del Entorno, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida, y los hombres en Autoaceptación y Autonomía. La prueba de Mann-Whitney mostró que las diferencias eran significativas en Crecimiento Personal, $U = .2221$, $p = .021$. Las diferencias no fueron significativas en Autoaceptación, $U = 2733.5$, $p = .576$, Relaciones Positivas, $U = 2781$, $p = .691$, Autonomía, $U = 2825.5$, $p = .806$, Dominio del Entorno, $U = 2518$, $p = .198$, y Propósito en la Vida, $U = 2696.5$, $p = .494$.

DISCUSIÓN

El objetivo de este trabajo era comprobar las diferencias en bienestar psicológico en función del género y la edad, en un grupo de universitarios españoles. Para la medida del bienestar psicológico se usó la adaptación española (Díaz et al., 2006) de las escalas de Ryff (1989a). Se hipotetizó (1) que la edad se relacionaría negativamente con Crecimiento personal y Propósito en la Vida, y positivamente con Dominio del Entorno, Autonomía, Autoaceptación y Relaciones Positivas, y (2) que las mujeres puntuarían más alto en Relaciones Positivas, Propósito en la vida y en Crecimiento Personal. Los resultados confirmaron parcialmente estas hipótesis.

Edad y bienestar psicológico

Los participantes de 30-55 años puntuaron significativamente más alto que los de 18-29 años en Autoaceptación, Dominio del

Entorno, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida. Estos resultados coinciden en Dominio del Entorno con los resultados de Chen y Persson (2002), Lindfors et al. (2006), Ryff (1989a, 1991) y Ryff y Keyes (1995). También coinciden en cuanto a la no significatividad de diferencias en Relaciones Positivas con Chen y Persson (2002), Lindfors et al. (2006) y Ryff (1989a, 1991), pero divergen de lo hallado por Ryff y Keyes (1995). En cuanto a Crecimiento Personal y Propósito en la vida, nuestros resultados, que indican una media más alta en los participantes de 30-55 años que en los de 18-29 años, divergen de la investigación precedente.

Las dimensiones Crecimiento Personal y Propósito en la Vida son las más eudaimónicas del modelo de Ryff (Ryff y Singer, 2008), las que más contribuyen a una vida con sentido, orientada al incremento de la competencia, el logro de metas y al desarrollo personal, con lo que no es extraño que la madurez, caracterizada por la generatividad (procreatividad, productividad y creatividad) (Erikson, 2000), mantenga con ellas una relación significativa. Es posible que Propósito en la Vida y Crecimiento Personal sean dimensiones que experimentan un desarrollo *in crescendo* desde la juventud a la adultez y que, a partir de ésta, declinan a medida que avanza la edad, como indica la literatura precedente. Esto sería coherente con algunos estudios, que hallaron en los participantes más jóvenes una actitud de apertura al cambio y la autopromoción, mientras que los más mayores orientaban sus objetivos hacia la conservación (p. ej., Delfino, 2009; Zubieta, Mele y Casullo, 2006). Estas diferencias en el perfil del bienestar psicológico podrían estar relacionadas con cambios significativos en las tendencias motivacionales a lo largo del ciclo vital (Erikson, 2000), como se ha señalado más arriba.

Género y bienestar psicológico

Las mujeres puntuaron significativamente más alto que los hombres en Crecimiento Personal, coincidiendo este resultado con lo obtenido por Ryff (1989a, 1991), Ryff et al. (1994), Ryff et al. (1993), Ryff y Keyes (1995), Ryff y Singer (1995), Yáñez y Cárdenas (2010) y Zubieta, Muratori et al. (2012). Pero no se confirmó la hipótesis para Relaciones Positivas, Autonomía y Propósito en la Vida, contrariamente a los trabajos mencionados y a Ryff et al. (2003), Lindfors et al. (2006) y Perez (2012).

Aunque las diferencias sólo fueron significativas en Crecimiento Personal, las mujeres alcanzaron puntuaciones medias más altas en Relaciones Positivas, Dominio del Entorno, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida, y los hombres en Autoaceptación y Autonomía. Estas diferencias, en su conjunto, podrían estar relacionadas con diferentes orientaciones axiológicas de hombres y mujeres, estando éstas más orientadas hacia la autotrascendencia, la importancia del bienestar y armonía de (y con) los demás, mientras que los hombres se orientarían más hacia la autopromoción, la búsqueda de objetivos y metas individuales y el poder sobre personas y recursos (Delfino y Zubieta, 2011; Zubieta et al., 2006). Las mujeres se caracterizarían por una mayor tendencia hacia valores expresivos y comunitarios (Crecimiento Personal y Relaciones Positivas), y los hombres hacia valores más instrumentales y agénticos (más Autoaceptación y Autonomía) (Zubieta, Fernández et al., 2012). Estas distintas orientaciones axiológicas, relacionadas a su vez con diferencias en las dimensiones de bienestar psicológico entre hombres y mujeres, podrían estar mediadas por otras variables cognitivo-emocionales de naturaleza psicosocial (p.ej., Fontaine, Poortinga, Delbeke y Schwartz, 2008; Haslam, Jetten y Postmes, 2009; Lupano y Castro, 2010; Sharma y Sharma, 2010; Zubieta, Delfino y Fernández, 2007).

Limitaciones y sugerencias para futuras investigaciones

Deben consignarse algunas limitaciones en nuestro estudio, relativas especialmente a la composición del grupo de participantes. En primer lugar, la inclusión exclusivamente de estudiantes universitarios, y de una región geográfica concreta, compromete la generalizabilidad de los resultados. En segundo lugar, el rango de edades no ha permitido analizar las diferencias de nuestros participantes con un grupo de edades más avanzadas y ofrecer, en consecuencia, una discusión más rica sobre las diferencias en bienestar psicológico en distintas etapas del ciclo evolutivo. En tercer lugar, el uso de una versión de las escalas de bienestar psicológico, concretamente la de 29 ítems de Díaz et al. (2006), con la cual no se han realizado muchos trabajos previos que facilitaran comparaciones satisfactorias sobre las diferencias en función de la edad y el género. Es conveniente seguir investigando el rol que estas dos variables tienen en relación con el bienestar psicológico, sobre todo comprobando la posible mediación de otras, tanto personales como socioculturales.

REFERENCIAS

- Barra, E. (2011). Bienestar psicológico y orientación de rol sexual en adolescentes. *Liberabit*, 17(1), 31-36.
- Chen, Y. y Persson, A. (2002). Internet Use among Young and Older adults: Relation to Psychological Well-being. *Educational Gerontology*, 28, 731-744. doi:10.1080/03601270290099921
- Christopher, J. (1999). Situating Psychological Well-Being: Exploring the Cultural Roots of Its Theory and Research. *Journal of Counseling and Development*, 77(2), 141-152. doi:10.1002/j.1556-6676.1999.tb02434.x
- Clarke, P. J., Marshal, V. W., Ryff, C. D. y Rosenthal, C. J. (2000). Well-Being in Canadian Seniors: Findings from the Canadian Study of Health and Aging. *Canadian Journal of Aging*, 19, 139-159. doi:10.1017/S0714980800013982
- Croese, R., Nicholas, D. R., Gobble, D. C. y Frank, B. (1992). Gender and wellness: A multidimensional systems model for counseling. *Journal of Counseling and Development*, 71, 149-156. doi:10.1002/j.1556-6676.1992.tb02190.x
- Delfino, G. I. y Zubieta, E. M. (2011). Valores y política. Análisis del perfil axiológico de los estudiantes universitarios de la ciudad de Buenos Aires (República Argentina). *Interdisciplinaria* 1, 93-114.
- 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.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. y Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302. doi:10.1037//0033-2909.125.2.276
- Eberst, R. M. (1984). Defining health: A multidimensional model. *Journal of School Health*, 54(3), 99-104.

- doi:10.1111/j.1746-1561.1984.tb08780.x
- Erikson, E. H. (2000). *El ciclo vital completado*. Barcelona: Paidós. (Orig. 1997).
- Fernandes, H. M., Vasconcelos-Raposo, J. y Teixeira, C. M. (2010). Preliminary Analysis of the Psychometric Properties of Ryff's Scales of Psychological Well-Being in Portuguese Adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 1032-1043.
- Fontaine, J. R., Poortinga, Y. H., Delbeke, L. y Schwartz, S. H. (2008). Structural equivalence of the values domain across cultures. Distinguishing sampling fluctuations from meaningful variation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 39(4), 345-465. doi:10.1177/0022022108318112
- Haslam, S. A., Jetten, J. y Postmes, T. (2009). Social Identity, Health and Well-Being: An Emerging Agenda for Applied Psychology. *Applied Psychology: An International Review*, 58(1), 1-23. doi: 10.1111/j.1464-0597.2008.00379.x
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D. y Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. doi:10.1037//0022-3514.82.6.1007
- Lindfors, P., Berntsson, L. y Lundberg, U. (2006). Factor structure of Ryff's psychological well-being scales in Swedish female and male white-collar workers. *Personality and Individual Differences*, 40(6), 1213-1222. doi:10.1016/j.paid.2005.10.016
- Lupano, M. L. y Castro, A. (2010). Análisis de características estereotípicas de género en líderes y seguidores. *Summa Psicológica*, 7(2), 55 - 66.
- Perez, J. A. (2012). Gender difference in Psychological Well-being among Filipino College Students Samples. *International Journal of Humanities and Social Science*, 13(2), 84-93.
- Peterson, C., Park, N. y Seligman, M. E. P. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6, 25-41. doi:10.1007/s10902-004-1278-z
- Prudovska, T., Springer, K. W. y Hauser, R. M. (2005). Does Psychological Well-Being Change with Age? Ponencia presentada en el 2005 Annual Meetings of the Gerontological Society of America, Orlando, FL.
1. Roothman, B., Kirsten, D. K. y Wissing, M. P. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 33(4), 212-218.
- Ryan, R. y Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. doi:10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Ryff, C. D. (1989a). Happiness is Everything, or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081. doi:10.1037//0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C. D. (1989b). Beyond Ponce de Leon and Life Satisfaction: New Directions in Quest of Successful Aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-55. doi:10.1177/016502548901200102
- Ryff, C. D. (1991). Possible Selves in Adulthood and Old Age: A Tale of Shifting Horizons. *Psychology and Aging*, 6, 286-29. doi:10.1037//0882-7974.6.2.286
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions In Psychological Science*, 4(4), 99-104. doi:10.1111/1467-8721.ep10772395
- Ryff, C. D. y Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. doi:10.1037//0022-3514.69.4.719

- Ryff, C. D. y Singer, B. H. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65, 14–23. doi:10.1159/000289026
- Ryff, C. D. y Singer, B. H. (1998). The Contours of Positive Human Health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1-28. doi:10.1207/s15327965pli0901_1
- Ryff, C. D. y Singer, B. H. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39. doi:10.1007/s10902-006-9019-0
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. M. y Hughes, D. L. (2003) Status Inequalities, Perceived Discrimination, and Eudaimonic Well-Being: Do the Challenges of Minority Life Hone Purpose and Growth? *Journal of Health and Social Behavior*, 44(3), 275–291. doi:10.2307/1519779
- Ryff, C. D., Kwan, C. y Singer, B. H. (2001). Personality and Aging: Flourishing Agendas and Future Challenges. En J. E. Birren y K. W. Schaie (Eds.), *Handbook of the Psychology of Aging* (pp. 477-499). New York, NY: Academic Press.
- Ryff, C. D., Lee, Y. H. y Na, K. C. (1993). *Through the lens of culture: Psychological well-being at midlife*. Comunicación presentada en el encuentro de la *Gerontological Society of America*, New Orleans, LA.
- Ryff, C. D., Lee, Y. H., Essex, M. J. y Schmutte, P. S. (1994). My children and me: Midlife evaluations of grown children of self. *Psychology and Aging*, 9(2), 195-205. doi:10.1037//0882-7974.9.2.195
- Sharma, S. y Sharma, M. (2010). Self, social identity and psychological well-being. *Psychological Studies*, 55(2), 118-136. doi:10.1007/s12646-010-0011-8
- Strümpfer, D. J. W. (1995). The origins of health and strength: from 'salutogenesis' to 'fortigenesis'. *South African Journal of Psychology*, 25, 81-89.
- Tomás, J. M., Meléndez, J. C. y Navarro, E. (2008). Modelos factoriales confirmatorios de las escalas de Ryff en una muestra de personas mayores. *Psicothema*, 20, 298-304.
- Tomas, J. M., Meléndez, J. C., Oliver, A., Navarro, E. y Zaragoza, G. (2010). Efectos de método en las escalas de Ryff: Un estudio en población de personas mayores. *Psicológica*, 31, 383-400.
- Triadó, C., Villar, F., Solé, C. y Celdrán, M. (2007). Construct validity of Ryff's scale of psychological well-being in Spanish older adults. *Psychological Reports*, 100, 1151-64. doi:10.2466/pr0.100.4.1151-1164
- Velásquez, C. C., Montgomery, U. W., Montero, L. V., Pomalaya, V. R., Dioses, A., Velásquez, N., Araki, R. y Reynoso, D. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos. *Revista de Investigación en Psicología*, 11(2), 139-152.
- Véliz-Burgos, A. (2012). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico y su estructura factorial en universitarios chilenos. *Psicoperspectivas: Individuo y Sociedad*, 11(2), 143-163.
- Véliz-Burgos, A. y Apodaca, P. (2012). Niveles de autoconcepto, autoeficacia académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la ciudad de Temuco. *Salud & Sociedad*, 3(2), 131-150.
- Visani, D., Albieri, E., Offidani, E., Ottolini, F., Tomba, E. y Ruini, C. (2011). Gender differences in psychological well-being and distress during adolescence. En I. Brdar (Ed.), *The human pursuit of well-being: A cultural approach* (pp. 65-70). New York, NY: Springer.
- Vivaldi, F. y Barra, E. (2012). Bienestar Psicológico, Apoyo Social Percibido y

- Percepción de Salud en Adultos Mayores. *Terapia Psicológica*, 30(2), 23-29.
- Vleioras, G. y Bosma, H. (2005). Are identity styles important for psychological well-being? *Journal of Adolescence*, 28, 397-409.
doi:10.1016/j.adolescence.2004.09.001
- Wissing, M. P. y Van Eeden, C. (1997). *Psychological well-being: A fortigenic conceptualization and empirical clarification*. Comunicación presentada en el *Third Annual Congress of the Psychological Society of South Africa*, Durban, South Africa.
- Zubieta, E. M. y Delfino, G. I. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones*, 17, 277-283.
- Zubieta, E. M., Delfino, G. I. y Fernández, O. D. (2007). Confianza Institucional y el rol mediador de creencias y valores. *Revista de Psicología*, 3(6), 101-120.
- Zubieta, E. M., Fernández, O. D. y Sosa, F. (2012). Bienestar, valores y variables asociadas. *Boletín de Psicología*, 106, 7-27.
- Zubieta, E. M., Mele, S. V. y Casullo, M. (2006). Estructura de valores y religiosidad en población adulta urbana argentina. *Psicodiagnosticar*, 16, 53-60.
- Zubieta, E. M., Muratori, M. y Fernández, O. D. (2012). Bienestar subjetivo y psicosocial: explorando diferencias de género. *Salud & Sociedad*, 3(1), 66-76.