

IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología  
XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología  
del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos  
Aires, 2012.

# **Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en docentes argentinos.**

Rodriguez, Mariana, Sebastianelli, Maria Sol y  
Garcia Quiroga, Eleonora.

Cita:

Rodriguez, Mariana, Sebastianelli, Maria Sol y Garcia Quiroga, Eleonora  
(2012). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico  
de Ryff en docentes argentinos. IV Congreso Internacional de  
Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de  
Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del  
MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires,  
Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-072/977>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso  
abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su  
producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite:  
<https://www.aacademica.org>.*

# PROPIEDADES PSICOMETRICAS DE LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO DE RYFF EN DOCENTES ARGENTINOS

Rodriguez, Mariana - Sebastianelli, Maria Sol - Garcia Quiroga, Eleonora

LABORATORIO DE INVESTIGACION EN CIENCIAS DEL COMPORTAMIENTO-UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN LUIS

---

## Resumen

El Bienestar Psicológico (BP) es el componente cognitivo de la satisfacción con la vida. Es la forma en que las personas juzgan su vida como satisfactoria. En el presente trabajo se estudian las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (Ryff, 1989) en una muestra de 310 docentes de la ciudad de San Luis, Argentina. La EBP consta de 29 ítems que son evaluados con una escala tipo Lickert que va de 1= totalmente en desacuerdo, a 5=totalmente de acuerdo. En primer lugar se realizó un análisis de normalidad con la Prueba KMO, observándose una distribución normal de la variable estudiada. Posteriormente por medio del Análisis de Componentes Principales se obtuvieron seis factores que explicaron el 58,20 % de la varianza, también se utilizó un gráfico Scree Test que corroboró la estructura factorial. Por último se realizó una rotación Oblimin con Kaiser para observar la carga factorial de cada ítem. Los factores fueron identificados por las autoras como Auto-aceptación; Crecimiento personal; Propósito en la vida; Relaciones positivas; Dominio ambiental; Autonomía. Los resultados alcanzados demuestran que la Escala de Bienestar Psicológico presenta propiedades psicométricas confiables para su aplicación en Argentina.

## Palabras Clave

Bienestar-Psicometria-

## Abstract

### PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF RYFF SCALE

Psychological Well-Being (BP) is the cognitive component of life satisfaction. BP is how people judge their lives as satisfactory. In this paper we study the psychometric properties of Psychological Well-Being Scale (Ryff, 1989) in a sample of 310 teachers from the city of San Luis, Argentina. The scale consists of 29 items that are assessed with a Likert scale ranging from 1 = strongly disagree, 5 = strongly agree. First we analyze of normality with the KMO test, showing a normal distribution of the variable. Then by the Principal Component Analysis were obtained six factors that accounted for 58.20% of the variance, also used a graph Scree Test which confirmed the factor structure. Finally, we made an Oblimin rotation with Kaiser to observe the factor loading of each item. The factors were identified by the authors and as Self-acceptance, Personal Growth, Purpose in life, Positive relations, Environmental Domain, and Autonomy. The results

obtained show that the Scale of Psychological Well presented reliable psychometric properties for use in Argentina.

## Key Words

Psychological Well-Being- Psychometric.

## Introducción

El Bienestar Psicológico (BP) es el componente cognitivo de la satisfacción con la vida. Es la forma en que las personas juzgan su vida como satisfactoria y se obtiene como resultado de una adaptación exitosa al ambiente, que resulta de la ecuación expectativas-logros.

Si bien en Argentina existen instrumentos que evalúan el BP, esta es una variable con importantes valoraciones subjetivas y con gran incidencia socio-ambiental, por lo que la variación de los resultados en distintas poblaciones y regiones es notable. Es por esto que se decidió estudiar las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (Ryff, 1989) en una muestra de docentes de la ciudad de San Luis, Argentina.

Ryff (1989) elaboró un modelo multidimensional del bienestar psicológico y lo explicó como un concepto complejo que implica una percepción subjetiva.

Desde este modo el BP está integrado por seis dimensiones:

·Auto-aceptación: implicaría tener una percepción adaptativa de las conductas, intereses y sentimientos personales, es un tipo especial de auto-evaluación, ubicado en un período temporal de largo plazo con niveles adecuados de conciencia y aceptación de las fortalezas y debilidades personales (Ryff y Singer, 2008).

·Crecimiento personal: se relacionaría con la capacidad de las personas para desarrollar sus potencialidades, seguir creciendo a nivel personal y llevar al máximo sus capacidades

·Propósito en la vida: sería la creencia de que la propia vida tiene un propósito y un significado. Vinculado a las metas y objetivos personales.

·Relaciones positivas: abarcaría el desarrollo y mantenimiento de relaciones de calidad y confianza con el otro. Alude a la capacidad para establecer y mantener relaciones sociales estables y tener personas en quien confiar.

-Dominio ambiental: sería la capacidad de dirigir la propia vida y el ambiente para satisfacer necesidades y deseos. Tiene que ver con la habilidad de crear o escoger ambientes acordes a las características psíquicas personales.

-Autonomía: implicaría un sentido de autodeterminación personal. Poder mantener la independencia y la autodeterminación para poder alcanzar la felicidad.

Para medir estas dimensiones teóricas Ryff desarrolló un instrumento conocido como «Escala de Bienestar Psicológico» (Scales of Psychological Well-Being, EBP). Definió teóricamente estas seis dimensiones, y generó 80 ítems por dimensión. Posteriormente, todos los ítems fueron evaluados en función de su ambigüedad y su ajuste a la definición de la escala. De ellos se seleccionaron 32 por factor (16 positivos y 16 negativos). El banco de ítems resultante se aplicó en un estudio piloto a una muestra de 321 adultos. Tras este estudio se eliminaron los doce ítems de cada escala que mostraban, según los análisis psicométricos, peores indicadores de ajuste. El instrumento, finalmente contó con 20 ítems por escala (Díaz, Rodríguez-Carvajal, Blanco, Moreno-Jiménez, Gallardo, Valle y Dierendonck, 2006).

Desde la creación de este instrumento se han intentado crear versiones más cortas y fáciles de administrar. Es así que Ryff, Lee, Essex y Schumutte en 1994 seleccionaron catorce ítems por escala de acuerdo a los que tenían mayor correlación ítem total y ajuste teórico. Posteriormente en 1995 Ryff y Keyes crearon una versión de tres ítems por escala, y en el 2002 los mismos autores elaboraron una versión de 9 ítems por escala, siempre los ítems se seleccionaron en función de los que presentaban mayor ajuste teórico y altas correlaciones con la escala original de 20 ítems por factor.

Dierendonck (2004) creó una escala con 39 ítems, para poder mejorar la consistencia interna del instrumento. Los valores alfa de Cronbach arrojaron una confiabilidad que rondó en torno a 0,78 y 0,81.

Díaz, Rodríguez-Carvajal, Blanco, Moreno-Jiménez, Gallardo, Valle y Van Dierendonck (2006) realizaron la adaptación española de la Escala de BP de Ryff, donde se demostró un nivel de ajuste excelente al modelo teórico propuesto por D. van Dierendonck.

## Metodo

### Muestra

La muestra fue intencional, estuvo integrada por 310 docentes de la ciudad de San Luis (Argentina), 225 de sexo femenino (72 %) y 85 de sexo masculino (28%). El rango etario fue de 25 a 68 años ( $M=41,60$ ;  $DS=9$ ). Los participantes fueron escogidos intencionalmente en ámbitos educativos de la ciudad de San Luis de los 3 niveles.

### Instrumentos

Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Díaz et al, 2006). Contiene veintinueve reactivos que permiten estimar la evaluación que la persona hace de su vida. Las opciones de respuesta oscilan entre 1= totalmente en desacuerdo, a 5=totalmente de acuerdo.

### Procedimiento

En primer lugar el equipo de investigación modificó las palabras que

no son utilizadas en la población de San Luis y se buscaron sinónimos que fueran fácilmente comprensibles. Posteriormente se tomó una muestra piloto a 20 personas aproximadamente para corroborar la comprensión del instrumento.

Antes de contestar el cuestionario los participantes leyeron y firmaron el consentimiento informado, manifestando su voluntad de participar gratuita y voluntariamente de la investigación. La EBP fue tomada en un cuestionario que incluía otros instrumentos, por lo que los participantes demoraron aproximadamente 15 minutos en responderlo completamente.

## Resultados

Se realizaron análisis psicométricos básicos, según la práctica Standard:

Para evaluar la estructura interna de la EBP en primer lugar, se indagó la medida de adecuación muestral a partir del índice KMO (Kaiser-Meyer-Olkin). El cual fue de 0,863. La prueba de Esfericidad de Bartlett mostró un índice de significación de 0,000 (Tabla 1). Es decir que las variables presentaron una distribución normal para realizar el análisis factorial.

En la Tabla N°1 se observa la adecuación muestral y prueba de esfericidad de Bartlett:

Tabla N°1

Medida de adecuación muestral de KMO		,863
Prueba de esfericidad de Bartlett	Chi-cuadrado aproximado	2984,711
Gl		406
Sig.		,000

### Análisis Factorial

El método de extracción de factores utilizado fue el Análisis de Componentes Principales y el criterio de selección de factores fue el denominado Scree Plot o Scree Test. Fueron hallados siete factores que explicaron el 57.68% de la varianza.

Posteriormente se llevó a cabo un matriz de componentes rotados con el método Oblimin con Kaiser para indagar la carga factorial de los ítems a cada factor.

Se observó que los ítems 20 ("Tengo clara la dirección y objetivo de mi vida"), 21 ("En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mi mismo"), 25 ("Se que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mi"), 27 ("Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona"), 28 ("Para mi la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento") y 29 ("Si me sintiera infeliz con mi situación actual, daría los pasos más eficaces para cambiarla") aportan al primer factor; y los ítems 3 ("No tengo miedo en expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a la opinión de la mayoría de gente"),

6 (“Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlo realidad”), 7 (“En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo”), y 10 (“He sido capaz de construir un hogar y modo de vida a mi gusto”) aportan al segundo factor. Así mismo, los ítems 2 (“A menudo me siento solo, porque tengo pocos amigos con quienes compartir mis preocupaciones”), 4 (“Me preocupa como otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida”), 5 (“Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga”), 9 (“Tiendo a preocuparme sobre lo que la otra gente piensa de mí”), y 13 (“Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones”) aportan al factor 3; los ítems 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”), y 24 (“En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo”) aportan al factor 4. Por otra parte, los ítems 12 (“Siento que mis amistades me aportan muchas cosas”) y 14 (“En general, me siento que soy responsable de la situación que vivo”) aportan al factor 5; los ítems 8 (“No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar”), 22 (“No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza”), y 23 (“Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos”) aportan al factor 6; y los ítems 1 (“Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento de cómo han resultado las cosas”), y 15 (“Me siento bien cuando pienso lo que he hecho en el pasado y lo que voy a hacer en el futuro”) aportan al factor 7.

Se evaluó la consistencia interna de la EBP con base al índice alfa de Cronbach, el cual para el factor 1 fue de 0,814; para el factor 2 de 0,735; para el factor 3 de 0,615; para el factor 4 de 0,684; para el factor 5 de 0,310; para el factor 6 de 0,607; y para el factor 7 de 0,574. Se observa que el factor 1 y el 2 presentan un alfa de Cronbach aceptable; mientras que los factores 3, 4, 6, y 5, muestran menor consistencia interna, siendo el factor 3 el de menor consistencia interna.

Se procedió a eliminar los ítems 19-11-16-14-12-26 debido a que aportaban a dos factores, o su puntaje era bajo.

En la refactorización se utilizó el mismo método y criterio de selección de factores que la primera vez. Se encontraron seis factores que explicaron el 58.20% de la varianza.

Posteriormente se llevó a cabo un matriz de componentes rotados con el método Oblimin con Kaiser, observándose la carga factorial de cada ítem.

En la Tabla N° 2 se observa la estructura factorial obtenida de la EBP tras la rotación Varimax.

Tabla N° 2 Matriz de componentes rotados

	Componente					
	FACTOR 1	FACTOR 2	FACTOR 3	FACTOR 4	FACTOR 5	FACTOR 6
ITEM 29	0,777					
ITEM 28	0,749					
ITEM 27	0,706					
ITEM 25	0,614					
ITEM 21	0,590					
ITEM 20	0,421					
ITEM 03		0,709				
ITEM 07		0,651				
ITEM 10		0,592				
ITEM 06		0,589				
ITEM 17			0,768			
ITEM 18			0,685			
ITEM 24			0,599			

ITEM 22				0,797		
ITEM 08				0,651		
ITEM 23				0,576		-0,410
ITEM 02				0,472		0,431
ITEM 09					0,792	
ITEM 04					0,736	
ITEM 13					0,525	
ITEM 05					0,486	
ITEM 01						0,703
ITEM 15						0,566

Se observa en la Tabla N° 2 que los ítems 21, 25, 27, 28 y 29 aportan al primer factor; los ítems 3, 6, 7, y 10 aportan al segundo factor. Por otro lado, los ítems 17, 18 y 24 aportan al factor 3; los ítems 8, 22 aportan al factor 4. Los ítems 4, 5, 9 y 13 cargan al factor 5; y los ítems 1, y 15 aportan al factor 6. Así mismo se sugiere revisar o eliminar el contenido de los ítems 23 y 2 por puntuar en dos factores.

Por último, se evaluó la confiabilidad de cada factor. Para el factor 1 el Alfa de Cronbach fue de 0,633; para el factor 2 de 0,609; para el factor 3 de 0,533; para el factor 4 de 0,435; para el factor 5 de 0,707; para el factor 6 de 0,435. Se observa que la confiabilidad de la escala total es aceptable, puntuando 0,710.

## Discusion

Teniendo en cuenta la dificultad de encontrar instrumentos adaptados a la población Argentina, el propósito de este trabajo fue analizar las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico, para lo cual se realizó un estudio de tipo exploratorio.

Del análisis realizado se observa que fueron hallados seis factores que explican el 58,20% de la varianza.

Los factores fueron identificados como Auto-aceptación (ítems 3, 6, 7, y 10); Crecimiento personal (ítems 20, 21, 25, 27, 28, y 29); Propósito en la vida (ítems 1 y 15); Relaciones positivas (ítems 4, 5, 9, y 13); Dominio ambiental (ítems 8 y 22); Autonomía (Ítem 17, ítem 18 e ítem 24).

Si bien la nominación de los factores se corresponde con los nombres elegidos por Reef (1989) y Dierendonck (2006) para designar a los factores de la escala original, estos autores hallaron ítems diferentes para cada factor en su estudio.

En la bibliografía se observa que en todos los estudios se ha encontrado una estructura de seis factores como lo propuso Ryff al crear en el instrumento. Es por esto que aunque en un primer momento en este estudio se encontraron siete factores, al refactorizar se hallaron seis, pero con la presencia de dos ítems complejos. La decisión de las autoras de este trabajo podría haber sido continuar refactorizando, sin embargo la decisión ha sido respetar la postura del autor de esta escala, eligiendo seis factores y planteando la revisión o eliminación de los ítems 2 y 23.

De acuerdo con los resultados obtenidos se infiere que la Escala de bienestar Psicológico presenta propiedades psicométricas óptimas para ser usada en Argentina. Mas estudios son necesarios para ampliar su conocimiento y utilización.

## Bibliografía

- Darío Díaz, Raquel Rodríguez-Carvajal, Amalio Blanco, Bernardo Moreno-Jiménez, Ismael Gallardo, Carmen Valle y Dirk van Dierendonck (2006) Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*. 18 (3), 572-577.
- Ryff, C. (1989a). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*. 12, 35-55.
- Ryff, C. (1989b). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57, 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*. 9 (1), 13-39.
- Van Dierendonck, D. (2004) The construct validity of Ryff's Scale of Psychological well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences*, 36 (3), 629-644.