

XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVI Jornadas de Investigación. XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. I Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. I Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2019.

# Las dimensiones del bienestar psicológico en la mediana edad mediante la Escala de RYFF: Un estudio preliminar.

Grasso, Lina, Caro, Liliana Inès, Aceiro, María Agustina y González Insua, Francisco.

Cita:

Grasso, Lina, Caro, Liliana Inès, Aceiro, María Agustina y González Insua, Francisco (2019). *Las dimensiones del bienestar psicológico en la mediana edad mediante la Escala de RYFF: Un estudio preliminar*. XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVI Jornadas de Investigación. XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. I Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. I Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-111/56>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ecod/uxH>

*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>.*

# LAS DIMENSIONES DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LA MEDIANA EDAD MEDIANTE LA ESCALA DE RYFF: UN ESTUDIO PRELIMINAR

Grasso, Lina; Caro, Liliana Inés; Aceiro, María Agustina; González Insua, Francisco  
Pontificia Universidad Católica Argentina. Argentina

## RESUMEN

El bienestar psicológico es un concepto clave para estudiar el desarrollo de capacidades y crecimiento personal, así como del funcionamiento positivo. Autonomía, auto-aceptación, dominio del entorno, relaciones positivas, propósito vital y crecimiento personal, son indicadores de bienestar. La mediana edad es una etapa del ciclo vital en la cual se conserva e incrementa el potencial de desarrollo. El estudio de las dimensiones del bienestar psicológico en esta etapa permite identificar patrones de desarrollo adaptativos que pueden dar lugar a una buena salud mental. Objetivo: describir las dimensiones del bienestar psicológico en la mediana edad. Método: investigación empírica (cuantitativa descriptiva). Muestra: 26 adultos de CABA y GCBA, (84,6% mujeres), con una media de edad de 57,46 (DE: 4,9) y 16,5 (DE: 3.9) años de escolaridad. En la escala de Ryff, la dimensión con mayor puntuación fue "Autonomía" 5,63 (DE = ,76), seguida de "Propósito-vital" 5,03 (DE = 0,74), "Dominio del entorno" 4,95 (DE = ,71), "Relaciones-positivas" 4,77 (DE = 1), "Autoaceptación" 4,69 (DE = ,72) y "Crecimiento-personal" 4,92 (DE = ,77) sin presentar diferencias por sexo. Los resultados preliminares permiten observar que Autonomía y Propósito vital son las dimensiones con valores más altos.

## Palabras clave

Bienestar psicológico - Mediana edad - Escala de Ryff - Ciclo vital

## ABSTRACT

THE DIMENSIONS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN THE MIDDLE AGES THROUGH THE RYFF SCALE: A PRELIMINARY STUDY  
Psychological well-being is a key concept to study the development of skills and personal growth, as well as positive functioning. Autonomy, self-acceptance, control of the environment, positive relationships, vital purpose and personal growth are indicators of well-being. Middle-age is a stage of the life cycle in which the potential for development is preserved and may be increased. The study of the dimensions of psychological well-being at this stage makes it possible to identify adaptive patterns of development that can lead to good mental health. Objective: to describe the dimensions of psychological well-being in middle age. Method: empirical research (descriptive

quantitative). Sample: 26 adults of CABA and GCBA, (84.6% women), with an average age of 57.46 (SD: 4.9) and 16.5 (SD: 3.9) years of schooling. In the Ryff scale, the dimension with the highest score was "Autonomy" 5.63 (SD = ,76), followed by "Purpose-vital" 5.03 (SD = 0.74), "Domain of the environment" 4,95 (SD = ,71), "Positive-relationships" 4.77 (SD = 1), "Self-acceptance" 4.69 (SD = ,72) and "Personal-growth" 4.92 (SD = ,77) without present differences by sex. The preliminary results allow us to observe that Autonomy and Life Purpose are the dimensions with the highest values.

## Key words

Psychological well-being - Middle age - Ryff scale - Life-span

## BIBLIOGRAFÍA

- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. DOI: 10.1037/0022-3514.57.6.1069.