

## **BIENESTAR PSICOLÓGICO SUBJETIVO: DIFERENCIAS DE SEXO, RELACIONES CON DIMENSIONES DE PERSONALIDAD Y VARIABLES PREDICTORAS**

Maite Garaigordobil, Jone Aliri e Iraide Fontaneda  
*Universidad del País Vasco (España)*

### **Resumen**

El trabajo tiene tres objetivos: 1) analizar las diferencias de sexo en el bienestar psicológico subjetivo, en el bienestar material y en dimensiones de personalidad como autoconcepto, autoestima, extraversión, neuroticismo y psicoticismo; 2) explorar las relaciones entre bienestar psicológico y material con dimensiones de la personalidad; e 3) identificar variables predictoras de bienestar psicológico. La muestra está formada por 394 participantes de 20 a 40 años, de los cuales 183 son varones (46,4%) y 211 mujeres (53,6%). Los análisis de varianza evidencian diferencias de sexo en neuroticismo, con puntuaciones superiores en las mujeres, y en psicoticismo con mayores puntuaciones en los varones. Los coeficientes de Pearson indican correlaciones significativas positivas entre bienestar psicológico subjetivo y bienestar material. También se confirman correlaciones positivas del bienestar psicológico subjetivo y material con autoconcepto, autoestima y extraversión así como negativas con neuroticismo y psicoticismo. El análisis de regresión múltiple permite identificar como variables predictoras de alto bienestar psicológico: alto autoconcepto, bienestar material, autoestima, extraversión y bajo neuroticismo. Intervenciones que fomenten el autoconcepto/autoestima y la extraversión aumentarán el bienestar psicológico.

**PALABRAS CLAVE:** *Bienestar psicológico, personalidad, autoconcepto, autoestima, extraversión, neuroticismo, psicoticismo.*

### **Abstract**

This paper has three goals: 1) to analyze gender differences in subjective psychological well-being, in material well-being, and in personality dimensions such as self-concept, self-esteem, extraversion, neuroticism, and psychoticism;

---

*Correspondencia:* Maite Garaigordobil, Dpto. de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos, Facultad de Psicología, Universidad del País Vasco, Avda. de Tolosa 70. 20018 San Sebastián (España).  
E-mail: maite.garaigordobil@ehu.es

El estudio ha sido financiado por la Universidad del País Vasco (1/UPV 00006.231-H-15910/2004).

2) to explore the relationships between psychological well-being and material well-being with personality dimensions; 3) to identify the predictor variables of psychological well-being. The sample comprised 394 participants from 20 to 40 years of age, of whom 183 were male (46.4%) and 211 female (53.6%). The analysis of variance showed differences in neuroticism, with higher scores in the females, and in psychoticism, with higher scores in the males. Pearson coefficients indicate significant and positive coefficients between subjective well-being and material well-being. The positive correlations of subjective psychological and material well-being with self-concept, self-esteem, and extraversion are also confirmed, as are the negative correlations with neuroticism and psychoticism. Multiple regression analysis identified the following predictor variables of high psychological well-being: high self-concept, material well-being, self-esteem, extraversion, and low neuroticism.

KEY WORDS: *Psychological well-being, personality, self-concept, self-esteem, extraversion, neuroticism, psychoticism.*

## Introducción

En una cultura del bienestar, como en la que estamos inmersos, tienen buena acogida términos relativamente novedosos en psicología, como los de bienestar psicológico subjetivo, satisfacción con la vida, calidad de vida. Por ello, la investigación psicológica de la felicidad o del bienestar subjetivo se ha incrementado notablemente en las últimas décadas, al punto de convertirse en un comportamiento muy estudiado desde la psicología positiva (Alarcón, 2006; Díaz *et al.*, 2006; Diener, 2000; Goñi, Rodríguez y Ruiz de Azúa, 2004; Romero, 2002; Sánchez-Cánovas, 1998; Steel, Schmidt y Shultz, 2008).

Aunque todos conocemos el concepto de felicidad, cuando se intenta definir dicho constructo operacionalmente surgen múltiples dilemas, no siendo fácil establecer su contenido esencial (Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999). Esta dificultad ha conducido a que en la literatura psicológica actual, se utilicen como sinónimos de felicidad: bienestar psicológico, bienestar subjetivo, calidad de vida, entre otros. El término de bienestar psicológico surgió en Estados Unidos y se fue precisando a partir del desarrollo de las sociedades industrializadas y del interés por las condiciones de vida. Preguntas como ¿por qué algunas personas se sienten más satisfechas con sus vidas que otras? y ¿cuáles serían los factores relacionados con el bienestar psicológico y la satisfacción? son las que dieron origen a muchos de los estudios sobre esta temática. Inicialmente, se asociaba el sentirse bien con la apariencia física, la inteligencia o el dinero, pero actualmente, como resultado de diversas investigaciones en el tema, se sabe que el bienestar psicológico no sólo se relaciona con estas variables sino también con la subjetividad personal (Diener, Suh y Oishi, 1997).

Una primera aproximación conceptual fue realizada por Diener (1994a) que describe tres características del bienestar psicológico: 1) su carácter subjetivo, que descansa sobre la propia experiencia de la persona; 2) su dimensión global, puesto

que incluye la valoración del sujeto en todas las áreas de su vida; y 3) la apreciación positiva, ya que su naturaleza va más allá de la mera ausencia de factores negativos. Posteriormente Diener y Diener (1995) subrayan la existencia de diferentes concepciones del bienestar psicológico: 1) el bienestar como satisfacción con la vida, como la valoración del individuo de su propia vida en términos positivos; 2) el bienestar como preponderancia de los sentimientos positivos sobre los negativos; y 3) la perspectiva filosófico-religiosa que ve la felicidad como una virtud o gracia. Una segunda aproximación considera que la esencia del bienestar es la percepción del propio sujeto sobre su vida más que las condiciones objetivas en las que ésta se desarrolla. Desde esta perspectiva, Lawton (1983) estima que el bienestar psicológico incluye las competencias comportamentales, las condiciones objetivas del ambiente externo y la calidad de vida percibida. Para este autor, el sentido de bienestar psicológico refleja la evaluación personal sobre el conjunto y sobre la dinámica de las relaciones entre los tres dominios mencionados. Esto significa que el sentido de bienestar psicológico no resulta de la simple suma de las competencias, de las posibilidades objetivas del ambiente externo, y de las creencias u opiniones sobre las satisfacciones. De hecho, el bienestar psicológico es una evaluación compleja de esas condiciones, que toman en cuenta valores y expectativas personales y condiciones sociales, orgánicas y psicológicas actuales, así como la congruencia entre las metas deseadas y las metas obtenidas.

Como han observado Díaz *et al.* (2006), durante la última década se han desarrollado numerosas investigaciones sobre el bienestar que han ampliado considerablemente el mapa conceptual sobre este constructo. Ryan y Deci (2001) identifican dos grandes perspectivas en los estudios sobre el bienestar: 1) una relacionada fundamentalmente con la felicidad (bienestar hedónico) que se centra en la felicidad y define el bienestar en términos de mantenimiento del placer y evitación del dolor; y 2) otra ligada al desarrollo del potencial humano (bienestar eudaimónico) centrada en la autorrealización y que define el bienestar en términos del grado de funcionamiento pleno. Mucha de la investigación reciente sobre el bienestar está más cercana a la tradición hedonística, sin embargo, el concepto eudaimonía añade una importante perspectiva a la comprensión del bienestar (Deci y Ryan, 2008).

Algunos autores han extendido los límites de esta clasificación y han utilizado el constructo bienestar subjetivo (*subjective wellbeing*, SWB) como principal representante de la tradición hedónica, y el constructo bienestar psicológico (*psychological wellbeing*, PWB) como representante de la tradición eudaimónica. La tradición hedónica concibió originalmente el bienestar como un indicador de la calidad de vida basado en la relación entre las características del ambiente y el nivel de satisfacción experimentado por las personas. Varios autores pasaron posteriormente a definirlo en términos de satisfacción con la vida: juicio global que las personas hacen de su vida (Diener, 1994b), o en términos de felicidad: balance global de los afectos positivos y los afectos negativos que han marcado nuestra vida. Estas dos concepciones se corresponden con diferentes marcos temporales del bienestar subjetivo: la satisfacción es un juicio, una medida a largo plazo de la vida de una persona, mientras que la felicidad es un balance de los afectos positivos y negativos

que provoca una experiencia inmediata. Como señalan autores como Lucas, Diener y Suh (1996), esta estructura del bienestar compuesta por tres factores (satisfacción con la vida, afecto positivo, y afecto negativo) ha sido repetidamente confirmada a lo largo de numerosos estudios. Mientras la tradición del bienestar subjetivo ha mostrado especial interés 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, concebidas ambas como los principales indicadores del funcionamiento positivo.

En este estudio se ha utilizado la "Escala de bienestar psicológico" de Sánchez-Cánovas (1998), en concreto, la "Escala de bienestar psicológico subjetivo" y la "Escala de bienestar material". El bienestar psicológico subjetivo se define como sentimiento de felicidad, pero asociada únicamente al afecto positivo, y no a la combinación de afecto negativo y positivo, y el bienestar material se relaciona con los ingresos económicos, con las posesiones materiales cuantificables, pero siempre desde la percepción subjetiva de la persona.

Respecto a las diferencias de sexo en los constructos objeto de esta investigación, algunos estudios no han encontrado diferencias significativas entre hombres y mujeres adultos en *sentimientos de felicidad* (Argyle, Martín y Crossland, 1989; Chan y Joseph, 2000; Cuadra y Florenzano, 2003; Francis, 1999; Fujita, Diener y Sandvik, 1991), mientras que otros si han encontrado diferencias de sexo (Argyle y Lu, 1990), aunque estas diferencias suelen ser ligeras. Los resultados de los trabajos que han analizado las diferencias de sexo en el *autoconcepto* normalmente han sido llevados a cabo con adolescentes, sin embargo, cabe resaltar el estudio de Garaigordobil, Pérez y Mozaz (2008) llevado a cabo con adultos de una muestra representativa de la Comunidad Autónoma del País Vasco donde no se encontraron diferencias de sexo. En lo que se refiere a la *autoestima* estudios con muestras de población general han hallado diferencias significativas en función del sexo siendo las mujeres las que obtuvieron una puntuación inferior (Hills y Argyle, 2001). Por otro lado, algunos estudios ponen de relieve que las mujeres tienen puntuaciones mayores en neuroticismo (Chan y Joseph, 2000) y menores en psicoticismo (Chan y Joseph, 2000; Francis, 1999), sin embargo, otros estudios (Francis, 1999) no han encontrado diferencias de sexo en neuroticismo. Recientemente, Godoy, Martínez y Godoy (2009), han hallado en los hombres niveles significativamente menores de afecto negativo, mayores en afecto positivo y, por tanto, su balance afectivo (un componente junto con la satisfacción vital del bienestar subjetivo) ha sido ligeramente más positivo que en las mujeres (cercano a la significación).

El concepto de bienestar psicológico ha sido estudiado desde distintos enfoques, uno de los que ha atraído más atención, es el que trata la relación entre las variables de personalidad de Eysenck (Extraversión, Neuroticismo y Psicoticismo) y la felicidad. En la mayoría de los estudios estas variables suelen explicar alrededor del 30% de la varianza en las mediciones de bienestar y, por lo tanto, se puede considerar de gran interés descubrir qué otros factores, potencialmente modificables, están relacionadas con el bienestar (Chan y Joseph, 2000), por ejemplo, autoconcepto y autoestima.

Estudios que han analizado las relaciones entre *sentimientos de felicidad y autoestima*, han encontrado relaciones positivas entre estos constructos (Argyle *et al.*, 1989; Hills y Argyle, 2001). Complementariamente, Neto (2001) halló correlaciones positivas de la felicidad con autoestima, y Myers y Diener (1995) identificaron la autoestima como uno de los cuatro rasgos que aparecían en las personas felices de todas las edades, junto con sensación de control personal, optimismo y extraversión. Un trabajo temprano de Costa y McCrae (1980) mostró que la felicidad estaba asociada con mayor extraversión y menor neuroticismo, y que la extraversión se correlaciona con el afecto positivo mientras que el neuroticismo se relaciona con la infelicidad. En esta dirección, los resultados de los estudios en general confirman que el bienestar psicológico subjetivo correlaciona positivamente con extraversión (Argyle y Lu, 1990; Brebner, Donaldson, Kirby y Ward, 1995; Chan y Joseph, 2000; Hills y Argyle, 2002; Lu, 1995; Lu y Argyle, 1991; Lu y Shih, 1997; Lu, Shih, Lin y Ju, 1997), y negativamente con el neuroticismo (Argyle y Lu, 1990; Brebner *et al.*, 1995; Chan y Joseph, 2000; Hills y Argyle, 2002).

En general, pocas investigaciones han realizado análisis predictivos del bienestar psicológico o la felicidad. No obstante, algunos estudios han observado el poder predictivo de las variables de personalidad de Eysenck, por ejemplo, el realizado por Chan y Joseph (2000) en Inglaterra que identifica la extraversión como predictor de felicidad, el estudio de Chico (2006) que encontró neuroticismo como un predictor de bienestar psicológico con adultos españoles aunque no halló que la extraversión tuviera peso en la predicción del bienestar, así como la investigación de Brebner *et al.* (1995) con adultos australianos que identificaron neuroticismo y extraversión como variables predictoras.

El análisis de regresión llevado a cabo por Hayes y Joseph (2003) mostró que aunque la extraversión y el neuroticismo fueron los mejores predictores de sentimientos de felicidad, neuroticismo y conciencia (*conscientiousness*) fueron los mejores predictores de satisfacción con la vida. Estos resultados proveen evidencia de que neuroticismo y extraversión son dimensiones de personalidad relacionadas al bienestar psicológico subjetivo. Sin embargo, los resultados sugieren que la conciencia es una dimensión de personalidad adicional relevante para la comprensión subjetiva del bienestar psicológico. Estos resultados apoyan los hallazgos de DeNeve y Cooper (1998) que confirmaron que la personalidad es un importante correlato del bienestar subjetivo. En el estudio de Hayes y Joseph (2003) la personalidad explicó entre un 32 y un 56% de la varianza del bienestar psicológico. Sin embargo, la dimensión de personalidad que tiene un correlato más fuerte con bienestar subjetivo parece depender de la definición operacional de bienestar subjetivo. En esta dirección apuntan los resultados del reciente meta-análisis realizado por Steel *et al.* (2008), que encontraron que la personalidad explicaba entre un 39 y un 63% de la varianza del bienestar subjetivo.

En el meta-análisis llevado a cabo por DeNeve y Cooper (1998) la personalidad fue igual de predictiva de satisfacción vital, felicidad y afecto positivo pero fue menos predictiva de afecto negativo. En este estudio algunos de los rasgos más fuertemente asociados a bienestar subjetivo fueron estabilidad emocional y autoestima. Neuroticismo fue el predictor más fuerte de satisfacción vital, felicidad y afecto

negativo y la extraversión predijo afecto positivo. DeNeve y Cooper (1998) sugieren que el neuroticismo predispone a las personas a experimentar afectos negativos y por ello no sorprende que en el estudio de Hayes y Joseph (2003) el neuroticismo fuera el más fuertemente asociado a sentimientos y pensamientos negativos en la escala de depresión-felicidad. En contraste, la extraversión fue el mejor predictor de felicidad, seguido de neuroticismo. DeNeve y Cooper (1998) concluyeron, sin embargo, que la importancia de la extraversión como un predictor de bienestar psicológico había sido sobrevalorada, y así mismo Hayes y Joseph (2003) también encontraron que la conciencia fue mejor predictor de la satisfacción con la vida que la extraversión.

En la misma dirección que DeNeve y Cooper (1998), quienes enfatizan la importancia de la capacidad de esforzarse para conseguir objetivos como determinante de la felicidad, Hayes y Joseph (2003) sugieren que la importancia de la conciencia se debe a que los individuos con alta conciencia con mayor probabilidad funcionan mejor en sociedad y son más capaces de conseguir sus objetivos. El estudio de Hayes y Joseph (2003) demuestra que la dimensión neuroticismo-estabilidad emocional está consistentemente asociada a bienestar psicológico subjetivo.

Teniendo en cuenta la importancia que tiene el bienestar psicológico subjetivo, asociado a sentimientos de felicidad, tanto en la adaptación personal como social, y en base a la revisión de estudios llevada a cabo, este trabajo se plantea tres objetivos: 1) analizar las diferencias de sexo en el bienestar psicológico subjetivo, en el bienestar material y en dimensiones de la personalidad tales como autoconcepto, autoestima, extraversión, neuroticismo y psicoticismo; 2) explorar las relaciones entre bienestar psicológico y bienestar material, así como las relaciones del bienestar con dimensiones de la personalidad, en concreto, del bienestar psicológico y material con autoconcepto, autoestima, extraversión, neuroticismo y psicoticismo; e 3) identificar variables predictoras de bienestar psicológico subjetivo, ya que al observar el efecto predictor que algunas variables potencialmente modificables tienen sobre el bienestar, se podrían sugerir propuestas de intervención en la infancia y la adolescencia dirigidas a mejorar el bienestar psicológico subjetivo.

En este estudio se proponen cuatro hipótesis: 1) no habrá diferencias significativas en función del sexo en el bienestar psicológico subjetivo, en el bienestar material, en el autoconcepto-autoestima y en la extraversión, sin embargo, si se encontrarán diferencias en dimensiones negativas como el neuroticismo y el psicoticismo con puntuaciones superiores en las mujeres; 2) se hallarán correlaciones significativas positivas entre bienestar psicológico y bienestar material con autoconcepto, autoestima y extraversión, así como correlaciones negativas con neuroticismo y psicoticismo; 3) el bienestar psicológico subjetivo tendrá relaciones significativas positivas con el bienestar material; y 4) se identificarán como variables predictoras de bienestar psicológico: altas puntuaciones en autoconcepto, autoestima, bienestar material y extraversión, así como bajas puntuaciones en neuroticismo y psicoticismo.

## Método

### *Participantes*

La muestra está formada por 394 participantes, de 20 a 40 años, pertenecientes a las tres provincias de la Comunidad Autónoma de País Vasco. La selección fue aleatoria tomando como referencia los censos de las tres capitales de las provincias: Bilbao, San Sebastián y Vitoria. Teniendo en cuenta diversos estratos: índice de población en cada ciudad, sexo, nivel de estudios y ocupación laboral. Se empleó un muestreo aleatorio simple, eliminándose sujetos que actualmente se encuentran en tratamiento psicológico debido a la existencia de un trastorno mental. En la selección muestral se tuvo en cuenta la inclusión de similar número de mujeres y varones, y que tanto el nivel de estudios como las actividades ocupacionales fueran diversos. Del conjunto de la muestra, 183 participantes son varones (46,4%) y 211 mujeres (53,6%). La muestra contiene sujetos con distintos niveles de estudios: estudios primarios (7,4%), secundarios (5,6%), FP-bachiller (58%) y universitarios (29%). Además, los participantes tienen distintos niveles de ocupación: estudiantes (21,1%), trabajadores manuales (45,8%), trabajadores en tareas intelectuales (29,3%), amas de casa (1,3%), y parados (2,5%).

### *Instrumentos*

Con la finalidad de medir las variables dependientes se administran cuatro instrumentos de evaluación con adecuadas garantías psicométricas de fiabilidad y validez.

1. "Escala de bienestar psicológico" (EBP; Sánchez-Cánovas, 1998). El evaluado debe informar en qué medida siente o piensa lo que afirman las frases con una escala de estimación de 1 a 5. En este estudio se administraron dos subescalas: bienestar psicológico subjetivo y bienestar material configuradas con 40 ítems. Por ejemplo, la escala contiene afirmaciones tales como "estoy ilusionado/a", "siento que todo me va bien" o "tengo lo necesario para vivir". El bienestar psicológico subjetivo se refiere a la felicidad, es decir, al afecto positivo, y no a la combinación de afecto negativo y positivo. La escala tiene el sentido de la felicidad o el bienestar, es decir, a mayor puntuación mayor percepción subjetiva de bienestar. El bienestar material está relacionado con los ingresos económicos del sujeto, con las posesiones materiales cuantificables, pero siempre desde la percepción subjetiva de la persona. La consistencia interna de la prueba es muy elevada para bienestar psicológico subjetivo (alfa de Cronbach= 0,93), y para bienestar material (alfa de Cronbach= 0,90). Estudios de la validez de criterio han confirmado correlaciones de esta escala con el inventario de Felicidad de Oxford ( $r= 0,89$ ).

2. "Escala de autoestima" (EA; Rosenberg, 1965). Esta escala evalúa la autoestima general con 10 afirmaciones que aluden a sentimientos globales de autovaloración, cinco de los cuales están redactados en sentido positivo y cinco en sentido negativo. El sujeto debe leer las afirmaciones e informar en qué medida pueden ser aplicadas a él mismo, haciendo la valoración sobre una escala Likert con cuatro categorías de respuesta (desde "muy de acuerdo" a "muy en desacuerdo"). La fiabilidad de la prueba ha sido ampliamente documentada en la literatura. McCarthy y Hoge (1982) han informado de coeficientes de consistencia (alfa de Cronbach) que se sitúan entre 0,74 y 0,77, y de fiabilidad test-retest de 0,63 (intervalo de 7 meses) y de 0,85 (intervalo de 2 semanas). El coeficiente obtenido con la muestra de este estudio confirmó la consistencia interna de la prueba (alfa de Cronbach= 0,73). La validez de la escala como medida unidimensional de la autoestima ha sido también comprobada en varios estudios (Rosenberg, 1965; Silber y Tippett, 1965).
3. "Listado de adjetivos para la evaluación del autoconcepto en adolescentes y adultos" (LAEA; Garaigordobil, 2008). El listado está compuesto por 57 adjetivos y se solicita al sujeto que valore en una escala de estimación de 0 a 4 (nada-mucho) en qué grado estos adjetivos le definen o describen su personalidad. Un estudio realizado con una muestra de 634 sujetos obtuvo un alfa de Cronbach de 0,92, y un coeficiente de Spearman-Brown de 0,83. La fiabilidad test-retest obtenida con una muestra de 142 estudiantes universitarios y un intervalo de 40 días fue alta ( $r= 0,83, p < 0,001$ ), evidenciando la estabilidad temporal de la prueba. Para analizar la validez del LAEA, se realizaron correlaciones con otros instrumentos de autoconcepto (AF-5; García y Musitu, 1999) y autoestima (EA; Rosenberg, 1965), obteniéndose correlaciones significativas directas entre el LAEA y el AF-5 ( $r= 0,71, p < 0,001$ ) y con la EA ( $r= 0,63, p < 0,001$ ) que muestran una validez de constructo o concurrente aceptable.
4. "Cuestionario revisado de personalidad de Eysenck" (*Eysenck Personality Questionnaire-Revised*, EPQ-R; Eysenck y Eysenck, 1997). Explora tres rasgos de personalidad: 1) extraversión (sociable, vivaz, activo, asertivo, buscador de sensaciones, dominante, surgente, aventurero); 2) neuroticismo (ansioso, deprimido, sentimiento de culpa, baja autoestima, tenso, irracional, tímido, triste, emotivo); y 3) psicoticismo (agresivo, frío, egocéntrico, impersonal, impulsivo, antisocial, no empático, creativo, rígido). Está compuesto por 83 ítems, referentes a las actividades, los sentimientos y los pensamientos que puede o no tener un sujeto. La tarea consiste en informar si puede o no autoaplicarse el contenido de los ítems. Por ejemplo, el cuestionario contiene preguntas como *¿Le gusta salir a menudo?* o *¿Le afectaría mucho ver sufrir a un niño o a un animal?* La consistencia interna del cuestionario es muy alta, ya que los valores del alfa de Cronbach, van desde 0,71 a 0,86; y la fiabilidad test-retest también es elevada (0,72 para psicoticismo, 0,82 para neuroticismo y 0,86 para extraversión). La validez



ha sido comprobada en varios estudios. Moro, Botella y Ballester (1997) demostraron que los pacientes con fobia social puntuaron significativamente más bajo en la escala de extraversión, y los ansiosos puntuaron significativamente más alto en la escala de neuroticismo.

### *Procedimiento*

El estudio realizado emplea una metodología descriptiva y correlacional de corte transversal. En el 2007 se administró a la población seleccionada una batería compuesta por los cuatro instrumentos de evaluación mencionados anteriormente. El contacto con los participantes se realizó telefónicamente, y la batería fue aplicada por varios licenciados en psicología en una sesión de evaluación, tras solicitar el consentimiento informado.

### *Análisis de datos*

En primer lugar, con la finalidad de explorar si existen diferencias significativas en función del sexo, se llevó a cabo un MANOVA con el conjunto de las variables objeto de estudio, calculando así mismo el valor del ANOVA en relación a cada una de ellas. En segundo lugar, se obtuvieron los coeficientes de correlación de Pearson para analizar las relaciones existentes entre bienestar psicológico subjetivo, material y dimensiones de la personalidad, así como entre ambos tipos de bienestar. Y finalmente, para identificar las variables que predicen el bienestar psicológico subjetivo se realizó un análisis de regresión lineal múltiple, paso a paso. Los análisis fueron realizados con el SPSS 15.0.

## **Resultados**

### *Diferencias en función del sexo en bienestar psicológico subjetivo, material y en dimensiones de la personalidad*

Con la finalidad de evaluar si existen diferencias significativas en función del sexo en las variables objeto de estudio, tras comprobar los supuestos básicos, se llevó a cabo un MANOVA (*Multivariate Pillai*) con el conjunto de las variables sociodemográficas y psicológicas incluidas en este estudio cuyos resultados evidenciaron diferencias significativas en función del sexo ( $F[1, 392]= 2,40; p < 0,05$ ), pero el tamaño del efecto fue de baja magnitud ( $\eta^2= 0,077; r= 0,27$ ), ya que los ANOVAs derivados del MANOVA en relación a cada variable (tabla 1) mostraron que las diferencias fueron estadísticamente significativas únicamente para las variables neuroticismo y psicoticismo, no hallándose diferencias en ninguna de las variables sociodemográficas ni en el resto de las psicológicas.

**Tabla 1**

Medias, desviaciones típicas y análisis de varianza en varones y mujeres en bienestar psicológico subjetivo, material y dimensiones de personalidad

Medidas	Varones (n= 183)		Mujeres (n= 211)		Anova F (1, 392)
	M	DT	M	DT	
Bienestar psicológico subjetivo	105,01	16,97	102,86	17,84	1,48
Bienestar material	35,25	9,39	36,26	8,39	1,26
Autoconcepto	147,72	24,50	150,67	22,46	1,55
Autoestima	31,08	4,13	30,77	4,94	0,44
Extraversión	12,83	3,91	12,67	3,58	0,17
Neuroticismo	9,75	5,34	10,84	5,32	4,05*
Psicoticismo	5,27	3,32	4,34	3,26	7,94**

Nota: \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$ .

Como se puede observar en la tabla 1, únicamente existen diferencias significativas en función del sexo en neuroticismo con puntuaciones significativamente inferiores en los varones ( $M = 9,75$ ), frente a las mujeres ( $M = 10,84$ ), y en psicoticismo con puntuaciones significativamente superiores en los varones ( $M = 5,27$ ) en comparación con las mujeres ( $M = 4,34$ ). En autoestima, autoconcepto, bienestar y extraversión no se hallaron diferencias.

#### *Relaciones entre bienestar psicológico subjetivo, material y dimensiones de la personalidad*

Aunque en bienestar psicológico subjetivo y material no se encontraron diferencias en función del sexo, al haber hallado diferencias en algunas dimensiones de personalidad, se calcularon los coeficientes de correlación de Pearson, tanto para el conjunto de la muestra como para ambos sexos de forma desagregada, cuyos resultados se presentan en la tabla 2.

Como se puede observar en la tabla 2, los resultados para la muestra en su conjunto muestran correlaciones significativas ( $p < 0,01$ ) positivas entre el bienestar psicológico subjetivo con autoconcepto ( $r[394] = 0,58$ ), autoestima ( $r[394] =$

0,57), y extraversión ( $r[394]= 0,39$ ) así como negativas con neuroticismo ( $r[394]= -0,38$ ) y aunque de menor magnitud con psicoticismo ( $r[394]= -0,14$ ) variable en la cual no se encuentran correlaciones cuando se analiza únicamente el grupo de varones. Por otro lado, se encontraron correlaciones significativas ( $p < 0,05$ ) positivas del bienestar material con autoconcepto ( $r[394]= 0,30$ ) con autoestima ( $r[394]= 0,25$ ) y aunque bajas con extraversión ( $r[394]= 0,11$ ). Además, en esta última no se encontraron correlaciones significativas al estudiar sólo la muestra de mujeres. Complementariamente, se hallaron correlaciones significativas negativas aunque bajas del bienestar material con neuroticismo ( $r[394]= -0,14$ ) y con psicoticismo ( $r[394]= -0,15$ ) en las cuales no se confirmaron correlaciones con ambos sexos.

**Tabla 2**

Correlaciones entre bienestar psicológico subjetivo, material y dimensiones de personalidad

Medidas	Bienestar psicológico subjetivo			Bienestar material		
	Total	Varones	Mujeres	Total	Varones	Mujeres
Autoconcepto	0,58***	0,60***	0,57***	0,30***	0,32***	0,29***
Autoestima	0,57***	0,54***	0,58***	0,25***	0,16*	0,33***
Extraversión	0,39***	0,56***	0,24***	0,11*	0,17*	0,04
Neuroticismo	-0,38***	-0,35***	-0,41***	-0,14**	-0,10	-0,19**
Psicoticismo	-0,14**	-0,07	-0,22***	-0,15**	-0,17*	-0,11

Nota: \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$ .

### *Relaciones entre bienestar psicológico subjetivo y bienestar material*

Los coeficientes de correlación de Pearson ( $r[394]= 0,51$ ;  $p < 0,001$ ) entre las variables estudiadas ponen de relieve correlaciones significativas positivas de bastante magnitud entre bienestar psicológico subjetivo y bienestar material (ver tabla 3).

**Tabla 3**  
Intercorrelaciones entre las variables objeto de estudio

Medidas	1	2	3	4	5	6
1. Autoconcepto						
2. Autoestima	0,47***					
3. Bienestar psicológico subjetivo	0,58***	0,57***				
4. Bienestar material	0,30***	0,25***	0,51***			
5. Extraversión	0,41***	0,26***	0,39***	0,11*		
6. Neuroticismo	-0,27***	-0,45***	-0,38***	-0,14**	-0,17***	
7. Psicoticismo	-0,11*	-0,05	-0,14**	-0,15**	0,00	0,19***

Nota: \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$

#### *Variables predictoras del bienestar psicológico subjetivo*

Para identificar las variables que predicen una alta puntuación en bienestar psicológico subjetivo se realizó un análisis de regresión lineal múltiple, paso a paso, cuyos resultados se presentan en la tabla 4.

**Tabla 4**  
Variables predictoras de bienestar psicológico subjetivo

	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típico	$\beta$	Error típico	Constante	$\beta$	t
Autoconcepto	0,580	0,337	0,335	14,235	0,185	0,030	39,340	0,249	6,12***
Bienestar material	0,680	0,462	0,459	12,838	0,659	0,068	25,951	0,335	9,62***
Autoestima	0,739	0,547	0,543	11,799	1,021	0,155	5,726	0,268	6,59***
Extraversión	0,755	0,571	0,566	11,499	0,766	0,169	4,189	0,164	4,54***
Neuroticismo	0,763	0,583	0,577	11,353	-0,401	0,120	15,458	-0,123	-3,33***

Nota: \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$ .

Como se puede observar en la tabla 4, del conjunto de las variables predictoras de bienestar psicológico subjetivo, cinco resultaron estadísticamente significativas: autoconcepto ( $\beta = 0,249$ ), bienestar material ( $\beta = 0,335$ ), autoestima ( $\beta = 0,268$ ), extraversión ( $\beta = 0,164$ ) y neuroticismo ( $\beta = -0,123$ ). Los coeficientes de regresión estandarizados Beta indican que estas variables tienen bastante peso sobre la variable "bienestar psicológico subjetivo". De acuerdo con esta afirmación, los porcentajes de varianza explicada (coeficientes de determinación ajustados) por cada una de tales variables predictoras fueron de adecuada magnitud para estas variables (33,5%, 45,9%, 54,3%, 56,6%, y 57,7%). Cinco variables resultaron predictoras de la variable criterio "bienestar psicológico subjetivo": alto nivel de autoconcepto, de bienestar material, de autoestima y de extraversión, así como bajo nivel de neuroticismo. Estas variables explican el 57,7% de la varianza.

## Discusión

El estudio tuvo como objetivos, en primer lugar, analizar las diferencias de sexo en el bienestar psicológico subjetivo, bienestar material, autoconcepto, autoestima, extraversión, neuroticismo y psicoticismo, en segundo lugar, explorar las relaciones entre bienestar psicológico y material, así como entre ambos tipos de bienestar con el resto de las variables y, en tercer lugar, identificar variables predictoras de bienestar psicológico subjetivo.

Los resultados obtenidos han evidenciado diferencias de sexo en neuroticismo con puntuaciones superiores en las mujeres y en psicoticismo con mayores puntuaciones en varones. Estos resultados confirman parcialmente la primera hipótesis ya que no se encontraron diferencias de sexo, en bienestar psicológico subjetivo, bienestar material, autoconcepto-autoestima, y extraversión, y así mismo se encontraron puntuaciones superiores en neuroticismo en las mujeres, sin embargo, en contra de lo hipotetizado éstas no tuvieron superiores puntuaciones en psicoticismo.

Estos resultados apuntan en la misma dirección que otros estudios donde no se encontraron diferencias de sexo en el autoconcepto (Garaigordobil *et al.*, 2008), o en sentimientos de felicidad (Argyle *et al.*, 1989; Chan y Joseph, 2000; Francis, 1999; Fujita *et al.*, 1991), pero contradicen los estudios que han encontrado diferencias en la autoestima con puntuaciones inferiores en las mujeres (Hills y Argyle, 2001). Las discrepancias pueden estar relacionadas con las características de los instrumentos de evaluación utilizados para medir la autoestima. En lo que se refiere a las variables de personalidad, los resultados de este estudio avallan los obtenidos en otros estudios que han evidenciado que las mujeres tienen puntuaciones mayores en neuroticismo (Chan y Joseph, 2000), sin embargo, el estudio de Francis (1999) no encontró diferencias en esta variable. En relación al psicoticismo, los resultados de nuestro estudio, ratifican que las mujeres tienen menores puntuaciones en psicoticismo, lo que confirma los resultados obtenidos en otros trabajos (Chan y Joseph, 2000; Francis, 1999). No obstante, cabe resaltar que en este estudio aunque las diferencias entre varones y mujeres en bienestar

psicológico subjetivo no fueron significativas, los hombres tuvieron puntuaciones superiores, siendo estos resultados similares a los obtenidos en el estudio de Godoy *et al.* (2009) que hallaron en los hombres niveles significativamente menores de afecto negativo, mayores aunque no significativamente en afecto positivo, con un balance afectivo ligeramente más positivo que las mujeres (cercano a la significación).

En segundo lugar, los resultados indican relaciones significativas positivas entre bienestar psicológico subjetivo y material con autoconcepto, autoestima y extraversión y negativas con neuroticismo y psicoticismo, lo que ratifica la hipótesis 2, en la misma dirección que los estudios que han evidenciado las positivas relaciones del bienestar psicológico con autoestima (Argyle *et al.*, 1989; Myers y Diener, 1995; Neto, 2001), con extraversión (Argyle y Lu, 1990; Brebner *et al.*, 1995; Chan y Joseph, 2000; Hills y Argyle, 2002; Lu, 1995; Lu y Argyle, 1991; Lu y Shih, 1997; Lu *et al.*, 1997; Costa y McCrae, 1980), y negativamente con neuroticismo (Argyle y Lu, 1990; Brebner *et al.*, 1995; Chan y Joseph, 2000; Hayes y Joseph, 2003; Hills y Argyle, 2002). Además, los resultados confirman la existencia de relaciones significativas entre bienestar psicológico subjetivo y bienestar material, poniendo de relieve el peso que tiene la percepción subjetiva de los ingresos, las posesiones materiales cuantificables, el dinero, etc. en el bienestar psicológico subjetivo, asociado a sentimientos de felicidad, lo que ratifica la hipótesis 3.

Finalmente, los resultados del análisis de regresión han permitido identificar como variables predictoras de alto bienestar psicológico: alto autoconcepto, alto bienestar material, alta autoestima, extraversión y bajo neuroticismo, lo que ratifica la hipótesis 4. No existe ningún estudio previo que haya realizado la regresión introduciendo todas las variables analizadas en este trabajo. Aun así nuestros resultados ratifican los obtenidos en estudios previos como el realizado por Chan y Joseph (2000) en Inglaterra que identifican la extraversión y el neuroticismo como predictores de felicidad, o el estudio de Chico (2006) que encontró neuroticismo como un predictor de bienestar psicológico con adultos españoles, aunque no halló que la extraversión tuviera peso en la predicción del bienestar. La investigación de Brebner *et al.* (1995) con adultos australianos también identificó neuroticismo y extraversión como variables predictoras. Otros estudios recientes (DeNeve y Cooper, 1998; Hayes y Joseph, 2003) también han confirmado que la extraversión y el neuroticismo son los mejores predictores de sentimientos de felicidad. En lo que se refiere al psicoticismo este estudio también confirma lo observado en anteriores estudios donde en la gran mayoría de ellos el psicoticismo no resulta un predictor significativo, sin embargo, en el estudio de Chan y Josep (2000) encuentran un "pequeño poder predictivo" de esta variable.

Una de las aportaciones de este trabajo es haber identificado la influencia del bienestar material sobre el bienestar psicológico subjetivo, ya que se ha confirmado que esta variable tiene gran influencia con un peso predictivo importante sobre el bienestar psicológico asociado a los sentimientos de felicidad. Esto evidencia la importancia que en esta sociedad se otorga al bienestar económico como condición básica para la felicidad, y la relación que existe entre la percepción subjetiva que se tiene de los bienes materiales con los sentimientos de felicidad. Estos resultados

permiten cuestionar los valores materiales que actualmente se están transmitiendo en nuestra sociedad y permiten sugerir la potenciación de otros valores humanos (solidaridad, cooperación, justicia, honestidad, entre otros) sobre los que se asienten los sentimientos de felicidad, que tanta importancia tienen en la adaptación personal y social de las personas. La potenciación de estos valores podría llevarse a cabo tanto en la escuela a través del desarrollo de programas de intervención psicoeducativa, como desde los medios de comunicación (televisión, radio, revistas, Internet, etc.) por la potente influencia que estos tienen sobre los valores humanos.

Otra aportación del estudio es haber identificado a la autoestima y al autoconcepto como variables predictoras de bienestar psicológico subjetivo en la edad adulta. De ahí la importancia y el interés de los datos obtenidos en este estudio, ya que al introducir variables modificables como el autoconcepto y la autoestima, junto a otros rasgos de personalidad (neuroticismo, psicoticismo, extraversión) que en otros estudios se veían como variables predictoras muy "potentes", ahora estas dimensiones de personalidad ven reducido considerablemente su poder de predicción. Por consiguiente estos resultados permiten sugerir la importancia de desarrollar el autoconcepto y la autoestima en todas las etapas evolutivas para mejorar el bienestar psicológico subjetivo y por consiguiente la adaptación personal. Como limitación del estudio cabe resaltar que los datos son de naturaleza correlacional, por lo que aportan poco sobre la relación causal que puede existir entre las variables estudiadas.

## Referencias

- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 40, 99-106.
- Argyle, M., Martin, M. y Crossland, J. (1989). Happiness is a function of personality and social encounters. En J. P. Forgas y J. M. Innes (dirs.), *Recent advances in social psychological: an international perspective* (pp. 189-203). North Holland: Elsevier.
- Argyle, M. y Lu, L. (1990). Happiness and social skills. *Personality and Individual Differences*, 11, 1255-1261.
- Brebner, J., Donaldson, J., Kirby, N. y Ward, L. (1995). Relationship between happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 19, 251-258.
- Chan, R. y Joseph, S. (2000). Dimensions of personality, domains of aspiration, and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 28, 347-354.
- Chico, E (2006). Personality dimensions and subjective well-being. *The Spanish Journal of Psychology*, 9, 38-44.
- Costa, P. T. y McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, XII, 83-986.
- Deci, E.L. y Ryan, R.M. (2008). Hedonia, Eudaimonia and well-being: an introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1-11.
- DeNeve, K. y Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective wellbeing. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.

- 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, 572-577.
- Diener, E. (1994a). Assessing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E. (1994b). El bienestar subjetivo. *Intervención Psicosocial*, 3, 67-113.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: the science of Happiness and proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E. y Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.
- Diener, E., Suh, E. y Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25-41
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E. y Smith, H. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Eysenck, H. J. y Eysenck, S. B. G. (1997). *EPQ-R. Cuestionario revisado de personalidad de Eysenck*. Madrid: TEA.
- Francis, L. J. (1999). Happiness is a thing called stable extraversion: a further examination of the relationship between the Oxford Happiness Inventory, and Eysenck's dimensional model of personality and gender. *Personality and Individual Differences*, 26, 5-11.
- Fujita, F., Diener, E. y Sandvik, E. (1991). Gender differences in negative affect and well-being: the case for emotional intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 427-434.
- Garaigordobil, M. (2008). LAEA. *Listado de adjetivos para la evaluación del autoconcepto en adolescentes y adultos*. Vitoria: Servicio de Publicaciones del Gobierno Vasco.
- Garaigordobil, M., Pérez, J. I. y Mozaz, M. (2008). A descriptive and correlational analysis of self-concept, self-esteem and psychopathological symptoms in a sample from the Basque Country aged 12 to 65 years. *Psicothema*, 20, 114-123.
- García, F. y Musitu, G. (1999). *AF-5. Autoconcepto forma 5*. Madrid: TEA.
- Godoy, D., Martínez, A. y Godoy, J. F. (2009). Balance afectivo en hombres y mujeres: implicaciones de la edad y el sexo. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 17, 299-319.
- Goñi, A., Rodríguez, A. y Ruiz de Azúa, S. (2004). Bienestar psicológico y autoconcepto físico en la adolescencia y juventud. *Psiquis* 25, 141-151.
- Hayes, N. y Joseph, S. (2003). Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34, 723-727.
- Hills, P. y Argyle, M. (2001). Happiness, introversion-extraversion and happy introverts. *Personality and Individual Differences*, 30, 595-608.
- 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, 1073-1082.
- Lawton, M. P. (1983). Environment and other determinants of well-being in older people. *The Gerontologist*, 23, 349-357
- Lu, L. A. (1995). The relationship between subjective well-being and psychosocial variables in Taiwan. *Journal of Social Psychology*, 135, 351-357.
- Lu, L. A. y Argyle, M. (1991). Happiness and cooperation. *Personality and Individual Differences*, 12, 1019-1030.
- Lu, L. y Shih, J. B. (1997). Personality and happiness: is mental health a mediator? *Personality and Individual Differences*, 22, 249-256.
- Lu, L., Shih, J. B., Lin, Y. y Ju, L. S. (1997). Personal and environmental correlates of happiness. *Personality and Individual Differences*, 23, 453-462.



- Lucas, R. E., Diener, E. y Suh, E. (1996). Discriminant validity of wellbeing measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- McCarthy, J. D. y Hoge, D. R. (1982). Analysis of age effects in longitudinal study of adolescent self-esteem. *Developmental Psychology*, 18, 372-379.
- Moro, M., Botella, C. y Ballester, R. (1997). *Personalidad y cambio en pacientes con fobia social*. Comunicación presentada en el I Congreso de la Asociación Española de Psicología Clínica y Psicopatología, Madrid, España.
- Myers, D. G. y Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Neto, F. (2001). Personality predictors of happiness. *Psychological Reports*, 88, 817-824.
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2001). To be happy or to be self-fulfilled: a review of research on hedonic and eudaemonic well-being. En S. Fiske (dir.), *Annual Review of Psychology* (vol. 52; pp. 141-166). Palo Alto: Annual Reviews, Inc.
- Romero, E. (2002). Investigación en Psicología de la personalidad. Líneas de evolución y situación actual. *Boletín de Psicología*, 74, 39-77
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Sánchez-Cánovas, J. (1998). *EBP. Escala de Bienestar Psicológico*. Madrid. TEA.
- Silber, E. y Tippett, J. (1965). Self-esteem: clinical assessment and measurement validation. *Psychological Reports*, 16, 1017-1071.
- Steel, P., Schmidt, J. y Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134, 138-161.

