

Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Ryff en población mexicana

MAYRA ARELI MEDINA-CALVILLO,¹ CLAUDIA YUNUEN GUTIÉRREZ-HERNÁNDEZ,²
FERRAN PADRÓS-BLÁZQUEZ³



Resumen

En la presente investigación se estudiaron las propiedades psicométricas de la versión de 39 reactivos de Van Dierendonck de la escala de bienestar psicológico propuesta por Carol Ryff en población mexicana. Aplicamos la escala a dos muestras (N = 477 en población estudiantil y 256 población general). Nuestros resultados sugieren que la escala no se ajusta al modelo de 6 factores sugerido por los autores; se observó una elevada consistencia interna para el total de la escala, y valores entre moderados y elevados para las seis dimensiones, y una alta confiabilidad test-retest. También evaluamos las posibles relaciones entre la escala de bienestar psicológico y escalas de satisfacción con la vida, depresión clínica y niveles de afecto positivo y negativo. Los datos empíricos indican que la escala de bienestar psicológico presenta una validez y confiabilidad satisfactorias. Asimismo, se dispone de datos sobre la media y la desviación estándar en población mexicana.

Descriptor: Bienestar psicológico, Satisfacción con la vida, Escala, Felicidad.

Psychometric Properties of Ryff's Scale of Psychological Well-being in a Mexican Population

Abstract

In the present research was studied the psychometric properties of the version of 39 items of Van Dierendonck of the scale of psychological well-being proposed by Carol Ryff in Mexican population. We apply the scale to two samples (N = 477 in student population and 256 general population). Our results suggest that the scale is not adjusted to the model of six factors suggested by authors, was observed an high internal consistency for the total of scale and values between moderate and high for the six dimensions, and a high reliability test-retest, We also evaluate the possible relationships between scale of psychological well-being and scales of satisfaction with life, clinical depression and levels of positive and negative affect. The empiric dates indicate that the scale present a satisfactory validity and reliability.

Key words: Psychological Well-being, Satisfaction with Life, Scale, Happiness.

Artículo recibido el 1/06/2013
Aceptado el 12/07/2013
Declarado sin conflicto de interés

1 Licenciada en Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. mayrareli@hotmail.com

2 Pasante de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. yun_psicologa@hotmail.com

3 Doctor en Psicología. Profesor e investigador de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. fpadros@umich.mx, fpadros@uoc.edu

Introducción

Desde 1998, a través de la iniciativa de Martin E. P. Seligman (cuando éste era presidente de la Asociación Americana de Psicología), puede considerarse que surgió una nueva subdisciplina conocida con el término de psicología positiva cuyo principal objeto de estudio es la "felicidad"; dicho concepto no es nuevo dentro del ámbito de la psicología, ya que la felicidad y especialmente, el funcionamiento óptimo del ser humano, ya ha sido objeto de estudio de célebres psicólogos (Ryff y Marshall, 1999).

La novedad que presenta la psicología positiva, es la que se refiere al estudio científico. Por ello, define y hace uso de conceptos nuevos que aluden al tema de la felicidad. Debido a que el concepto de felicidad tiene distintas acepciones, los teóricos dentro del ámbito de la psicología positiva generaron neologismos como bienestar psicológico y bienestar subjetivo para referirse con mayor claridad y consenso a las distintas acepciones, y lo hacen también de modo operativo, es decir de modo que pueda ser medido.

El bienestar psicológico es un concepto que rescata la tradición iniciada por Aristóteles, conocida como eudaimonismo. Desde esta perspectiva se defiende que la opinión directa de los sujetos sobre la satisfacción o los niveles de afecto reportados no son representativos de lo que sería la "auténtica felicidad". El bienestar psicológico alude a un conjunto de funcionalidades (que provienen del antiguo modelo de las virtudes a las que aludía Aristóteles); se refiere a los ámbitos y/o funciones que serían indicadores del desarrollo humano (Keyes, Ryff y Shmotkin, 2002).

Además del propuesto por Ryff, existen varios modelos sobre bienestar psicológico; los más conocidos son el de Jahoda (1958) y el de Ryan y Deci (2001), con lo cual quisiéramos subrayar que no existe consenso sobre cuáles son las funcionalidades que debe contemplar el bienestar psicológico.

El modelo de Ryff (1989) ha recibido mayor atención y apoyo empírico (Ryff y Keyes, 1995:719). Éste sugiere 6 dominios fundamentales del funcionamiento óptimo: 1) La autonomía que se refiere a la capacidad de resistir presiones sociales, a la autorregulación en las opiniones y en la toma de decisiones; 2) La autoaceptación, que se refiere a la actitud positiva respecto a uno mismo, reconocimiento y por ello la aceptación de los aspectos positivos y negativos; 3) El control ambiental, que alude a la sensación de control y competencia sobre las circunstancias que le

rodean; 4) El crecimiento personal, que incide sobre la sensación de percibir que uno evoluciona y progresa de forma continua; 5) Las relaciones positivas con otros, que evalúa la presencia de relaciones íntimas, cálidas con otros y la preocupación por otras personas y 6) El propósito de vida, que se refiere a la presencia de objetivos vitales, la sensación de llevar un rumbo y de que la vida tiene un sentido.

Existe una versión de las escalas de Ryff, la que propuso Van Dierendonck (2004), que supone una ligera modificación respecto al modelo original (Díaz, Rodríguez, Blanco, Moreno, Gallardo, Valle y Van Dierendonck, 2006). Actualmente, se dispone una adaptación al español en la cual se observa un mejor ajuste al modelo teórico propuesto por Ryff (1989) en población española. El objetivo del presente trabajo fue valorar si las propiedades psicométricas de dicha escala (validez y confiabilidad) eran adecuadas para población del centro de México, ello debido a la necesidad de poder contar con un instrumento que permita la medición objetiva del bienestar psicológico en México y de esta manera contribuir al estudio científico del potencial y desarrollo humano, con lo que se pretende obtener un instrumento con características psicométricas aceptables para administrarse en nuestra población.

Método

Participantes

En este estudio se utilizaron dos tipos de muestras de participantes voluntarios. La primera muestra (A) estuvo formada por 477 alumnos de la Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH), de los cuales 245 participaron en el re-test. El porcentaje de mujeres fue de 70%, siendo la media de edad de 19 y el 88.6% de los participantes eran solteros. La segunda muestra se extrajo de la población general (muestra B) compuesta por 256 participantes, con una media de edad de 29.46 (DT = 11.36), de los cuales un 50.8% era de género femenino. La muestra resultó estar compuesta por participantes con una amplia variedad de años de escolarización que osciló entre 3 y 21, con una media de 13.27 (DT = 3.97) de los cuales la mayoría (66.8%) eran solteros, el 27.7% casados y el resto con otra condición de estado civil (5.1%).

Instrumentos

- Escala de Bienestar Psicológico de C. Ryff (SPWB, siglas de Scale of Psychological Well-being). El instrumento fue desarrollado por Carol D. Ryff

(1989); en el presente estudio se utilizó la versión propuesta por Van Dierendonck (2004), la cual durante el proceso de adaptación a población española fue traducida al castellano por Díaz *et al.* (2006). El instrumento cuenta con un total de 39 ítems con un formato de respuesta con puntuaciones comprendidas entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 6 (totalmente de acuerdo); posee seis factores que son: autoaceptación (1), relaciones positivas con otras personas (2), autonomía (3), dominio del entorno (4), propósito en la vida (5) y crecimiento personal (6).

De acuerdo con el estudio que realizó Van Dierendonck (2004) su versión es la que cuenta con mejores propiedades psicométricas, pues ajusta significativamente con el modelo de seis factores propuesto y presenta una consistencia interna aceptable en el total (valores de α por encima de .9) y en cada una de sus subescalas (con valores de α que oscilan entre 0,78 y 0,81).

- Escala de Satisfacción con la Vida de Diener: Escala de cinco ítems que evalúa uno de los componentes del bienestar subjetivo, que es el juicio global que hacen las personas sobre la satisfacción con su vida. La escala original diseñada por Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985) consta de cinco ítems, en la que cada uno es calificado de acuerdo a siete posibilidades de respuesta que van del 1 al 7, por lo que las puntuaciones del instrumento van desde 5 (baja satisfacción) a 35 (alta satisfacción); es importante mencionar que aún no está adaptada a población mexicana. Es una escala unidimensional, ha mostrado alta consistencia interna con valores que oscilan entre $\alpha = 0.89$ y $\alpha = 0.79$; se han obtenido correlaciones negativas de la escala (Diener *et al.*, 1985) con el afecto negativo, ansiedad y depresión, obteniendo por otro lado correlaciones positivas con otras medidas de bienestar.
- Escalas de Afecto Positivo y Afecto Negativo (PANAS) de Clark y Watson (1991): Se utilizó la versión corta de las escalas adaptada a población mexicana por Robles y Páez (2003), un instrumento autoaplicable que consta de dos apartados de veinte reactivos cada uno, diez de los cuales miden el afecto positivo y diez el afecto negativo. En el primer apartado se evalúa la presencia de los afectos en las últimas semanas (afecto como estado) y en el segundo apartado se evalúa generalmente (afecto como rasgo). Los reactivos están formados por palabras que describen diferentes

emociones y sentimientos y se contestan indicando con un número en un rango del 1 (muy poco o nada) al 5 (extremadamente).

Las escalas PANAS en población mexicana (Robles y Páez, 2003) poseen valores de consistencia interna entre $\alpha = 0.84$ (afecto positivo) y $\alpha = 0.87$ (afecto negativo), la correlación entre los dos afectos (positivo y negativo) es baja, entre $r = -0.12$ y $r = -0.23$. El instrumento cuenta con valores de confiabilidad test-retest entre $r = .71$ y $r = 0.68$, lo que sugiere que pueden emplearse para evaluar el afecto como un rasgo de personalidad estable en el tiempo y como estado.

- Inventario de Depresión de Beck (BDI): Este instrumento fue diseñado para evaluar la intensidad de la sintomatología depresiva presente en un individuo. Se utilizó la versión mexicana adaptada por Jurado, Villegas, Méndez, Rodríguez, Loperena y Varela (1998); el instrumento es autoaplicable, y consta de 21 reactivos, cada cual con cuatro afirmaciones que describen diferentes categorías de tipo sintomático y conductual. El primer enunciado tiene un valor de 0, que indica la ausencia del síntoma, el segundo de 1 punto, el tercero de 2 puntos y el cuarto de 3 puntos. El BDI presenta una consistencia interna de $\alpha = 0.87$ en población general, y cuenta con tres factores. Las normas de calificación propuestas son: depresión mínima (de 0 a 9 puntos), depresión leve (de 10 a 16 puntos), depresión moderada (de 17 a 29 puntos) y depresión severa (de 30 a 63).
- Escala Multidimensional para la Medición del Bienestar Subjetivo (EMMBSAR) de Anguas Plata y Reyes Lagunes (1997): Instrumento que consta de 2 escalas (la Escala de Experiencia Emocional, la cual mide frecuencia e intensidad emocional; y la Escala de Evaluación Afectivo-Cognitiva de la Vida) y un pequeño cuestionario demográfico. Para el presente estudio se utilizó únicamente la Escala de Evaluación Afectivo-Cognitiva de la Vida, que se compone de 6 factores (Interacción total recibida, Logros personales, Religión, Calidad de vida, Clima familiar, Logros nacionales). Se conforma por 50 preguntas de siete opciones de respuesta presentadas en un formato tipo Likert, donde las opciones están representadas por 7 cuadrados, ordenados de mayor a menor, de izquierda a derecha. El sujeto que responde debe marcar el cuadrado que mejor representa la cantidad de satisfacción. Posee una elevada consistencia interna de $\alpha = 0.95$.

Procedimiento

En este estudio se decidió utilizar la versión original de la escala traducida al castellano por Díaz *et al.*, (2006), debido a que cuatro psicólogos mexicanos con experiencia en el ámbito de la psicometría y con conocimientos sobre el bienestar psicológico, revisaron el instrumento y no consideraron pertinente la modificación de ningún reactivo.

La recolección de todos los datos de las muestras del presente trabajo se realizó después que el proyecto fuera aprobado por el Comité de Ética de la Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Todos los participantes firmaron un formato de consentimiento informado donde señalaban que aceptaban participar voluntariamente en la investigación.

Los datos de la muestra de estudiantes se obtuvieron en dos etapas. En la primera fase se solicitó la participación voluntaria y anónima a los alumnos de Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH), y se les administró un protocolo que contenía los siguientes instrumentos: la Escala de Bienestar Psicológico; la Escala de Satisfacción con la Vida; el Inventario de Depresión; la Escala Multidimensional para la Medición del Bienestar Subjetivo; y las Escalas de Afecto Positivo y Afecto Negativo. En la segunda etapa se asistió a los mismos salones (2 meses de diferencia) y se les administró la Escala de Bienestar Psicológico con el fin de estudiar la confiabilidad test-retest. Los participantes se identificaron a través de un código que permitía emparejar de forma anónima los cuestionarios que habían sido respondidos por la misma persona.

Los datos de la muestra B fueron recolectados a través de la técnica "Bola de nieve" (Vogt, 1999), la cual consiste en que el investigador solicita la participación anónima y voluntaria a personas de la población general y les pide a éstas que a su vez soliciten la participación de otras y así sucesivamente. Los datos obtenidos conformaron la muestra B de población general ($n = 256$).

Resultados

Estructura interna

Se realizó un análisis factorial confirmatorio con la muestra A. Los parámetros del modelo fueron estimados siguiendo el modelo de Máxima Verosimilitud; los 39 ítems de la escala se agruparon en 6 variables latentes (los factores definidos por las subescalas). Debido a que los datos basados en cuestionarios tipo Likert pueden aparecer en distribuciones que no se ajusten a la ley normal, se utilizó el método de distribución ML-Robusto. Se utilizaron los índices siguientes de bondad de ajuste: $S-B\chi^2 = \chi^2$ escalado de Satorra-Bentler (un valor no significativo indica buen ajuste del modelo); el mismo índice dividido por grados de libertad (valores ≤ 5.0 indica buen ajuste); GFI = LISREL *goodness of fit index*; CFI = *Comparative fit index* (valores ≥ 0.90 señalan buen ajuste); SRMR = *Standardized root mean square residual* (valores ≤ 0.08 indican buen ajuste); RMSEA = *Root mean square error of approximation* (valores ≤ 0.06 indican buen ajuste). Los resultados obtenidos sugieren una bondad de ajuste regular para el modelo de 6 factores (ver Tabla 1).

Consistencia interna

Los valores de alfa de Cronbach del total de la escala resultaron de $\alpha = 0.918$ y $\alpha = 0.904$ en la (muestra A y muestra B, respectivamente). En las subescalas el valor de α de Cronbach oscila entre el $\alpha = 0.61$ y $\alpha = 0.79$ en la muestra A. Sin embargo en la muestra B se observan valores más bajos en las escalas de Crecimiento personal y Dominio del entorno, y destaca el bajo valor (0.39) obtenido de la escala de Autoconcepto (ver Tabla 2).

Confiabilidad test-retest

La correlación test-retest se realizó en un periodo de 2 meses, y se observó en el valor $r = 0.796$ ($n = 245$, $p < 0.001$) tomando el sumatorio total de la escala, mientras que los valores de las correlaciones test-retest entre las subescalas fueron de $r = 0.719$ en la escala de autoaceptación, de $r = 0.686$ en la escala de relaciones positivas con los otros, $r = 0.731$ en la es-

Tabla 1. Índices de bondad de ajuste para el modelo de 6 factores sobre la estructura de la Escala de Bienestar Psicológico de 39 ítems de Ryff, basado en los análisis factoriales confirmatorios EQS. Datos correspondientes a la muestra A

Escala	$S-B\chi^2$	χ^2/df	GFI	CFI	SRMR	RMSEA
BP de Ryff	847.05	3.68	0.810	0.711	0.080	0.072

Nota. Índices corregidos (método robusto). $S-B\chi^2 = \chi^2$ Escalado de Satorra-Bentler; GFI = LISREL goodness of fit index; CFI = Comparative fit index; SRMR = Standardized root mean square residual; RMSEA = Root mean square error of approximation.

Tabla 2. Valores de la media, desviación típica, valor máximo, mínimo y valor de alfa de Cronbach en la escala y subescalas de Bienestar Psicológico de 39 ítems de Ryff en las muestras A y B

	M	DE	Min.-Máx.	M/n	Alfa
Muestra A					
Autoconcepto	28.76	4.69	13-35	4.79	.71
Relaciones positivas	29.66	4.96	18-48	4.94	.67
Autonomía	35.43	5.93	18-48	4.42	.66
Domino entorno	27.81	4.46	12-36	4.63	.61
Crecimiento personal	35.14	4.50	12-42	5.02	.62
Propósito de vida	30.35	4.61	8-35	5.06	.79
Escala Total	184.48	22.61	105-229	4.73	.918
Muestra B					
Autoconcepto	26.82	3.82	18-36	4.47	.39
Relaciones positivas	24.91	6.12	13-36	4.15	.72
Autonomía	31.07	7.43	15-48	3.88	.72
Domino entorno	26.16	4.56	15-36	4.36	.50
Crecimiento personal	30.88	5.19	20-42	4.41	.58
Propósito de vida	27.70	4.75	13-36	4.61	.64
Escala Total	167.23	26.03	117-226	4.29	.904

cala de autonomía, de $r = 0.613$ en la escala de domino del entorno, de $r = 0.584$ en la escala de crecimiento personal y de $r = 0.649$ en la escala de propósito de vida (todos con $p < 0.001$).

Relación con otras variables

La relación observada entre la escala de bienestar psicológico y la escala de Satisfacción con la vida de Diener fue de $r = 0.796$, escala con la que se observó la correlación más alta, seguida de Afecto positivo que fue de $r = 0.584$; con la Escala de Evaluación Afectivo Cognitiva de la Vida de Anguas Plata y Reyes Lagunes fue de $r = 0.491$; con el Afecto negativo fue de $r = -0.401$ y con el BDI fue de $r = -0.463$ (todas las correlaciones con $p < 0.001$).

Datos sobre la media y desviación estándar en población mexicana

La media de la puntuación total de la Escala de Bienestar Psicológico en la muestra de estudiantes fue de 184.48 (DE = 22.61) y de la muestra de la población general de 167.23 (DE = 26.03 en la muestra B). Mientras que la media referente a las subescalas osciló entre 24.91 que fue la subescala de Relaciones positivas en la muestra de la población general (B) y 35.43 correspondiente a la subescala de Autonomía en la muestra de estudiantes (A). Sin embargo, cuando se observan los valores prorrateados (por el número de ítems que conforman cada escala) se advierte que las escalas que obtienen mayor puntuación son las de Propósito de vida y Crecimiento personal (5.06 y 5.02, respectivamente) en la muestra A y la escala de Autonomía (3.88) en la muestra B (ver Tabla 1).

Discusión y conclusiones

El objetivo de la investigación fue estudiar las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en población mexicana, debido a la necesidad de los profesionales de un instrumento que posea características psicométricas adecuadas para llevar a cabo evaluación del bienestar psicológico en el ámbito aplicado y en la investigación.

Con respecto a la consistencia interna, se obtuvieron resultados de alfa de Cronbach aceptables de la escala total. Sin embargo, la consistencia de algunas subescalas resultó algo baja (aunque todas por encima de 0.6), sensiblemente inferior a los índices obtenidos en el estudio original (Van Dierendonck, 2004) y a los reportados en la versión española (Díaz *et al.*, 2006) y turca (Akin, 2008). Debe mencionarse que resultaron similares a los obtenidos en la versión de la escala para adolescentes mexicanos (Balcázar, Loera, Gurrola, Bonilla y Trejo, 2009) y también son similares a los hallados en Irán (Asghar, Mohammad y Bayani, 2008).

Referente a la estructura interna, el modelo propuesto por Ryff (1989) sugiere 6 factores, los cuales no fueron confirmados por el análisis factorial confirmatorio realizado; parece ser que en población mexicana no se ajusta el modelo teórico multifactorial ni de Van Dierendonck (2004) ni el de Ryff (1989) a diferencia de otros países donde la escala se ajusta al modelo propuesto por Ryff como en España (Díaz *et al.*, 2006), Turquía (Akin, 2008), Reino Unido (Abbott, Ploubdis, Huppert, Kuh, Wadsworth y Croudace,

2006), Irán (Shokri, Kadivar, Farzad, Daneshvarpour, Dastjerdi y Paezi, 2008) y Suecia (Lindfors, 2005). Por el contrario, los resultados coinciden de nuevo con el estudio realizado en México con adolescentes preuniversitarios (Balcázar *et al.*, 2009) donde también se observó que la escala no se ajusta al modelo de seis factores. De modo que pensamos que sería conveniente, en futuros estudios, realizar propuestas alternativas sobre la estructura interna de la escala de 39 ítems. Incluso podría ser que otras versiones como las estudiadas por Díaz *et al.*, (2006), con diferente número de reactivos, se ajusten mejor en población mexicana.

Los valores referidos a la confiabilidad test-retest sugieren que tanto la escala total como las subescalas del bienestar psicológico miden variables relativamente estables como era de esperar. Tómese en consideración que, como señalan Díaz *et al.*, (2006), el bienestar psicológico se centra en el desarrollo de capacidades. Éstas, por lo tanto, como la mayoría de capacidades, se desarrollan de forma lenta, especialmente si no hay ningún tipo de intervención específica y por ello no deben observarse valores muy dispares en un periodo de dos meses.

Finalmente, en relación con el estudio de la validez de criterio, las correlaciones entre la escala total de bienestar psicológico y otras variables son las esperadas. Se obtuvieron correlaciones positivas con la Escala de Evaluación Afectivo Cognitiva de la Vida, también con la satisfacción con la vida lo cual coincide con lo hallado por Asghar, Mohammad y Bayani (2008). También en el presente trabajo se hallaron correlaciones positivas y significativas con el afecto positivo, mientras que se relaciona de forma negativa con el afecto negativo y la sintomatología depresiva al igual que los resultados reportados por Akin (2008).

Los resultados encontrados sugieren que la Escala de Bienestar Psicológico de 39 reactivos de Ryff es un instrumento con características psicométricas relativamente aceptables para ser aplicado a población mexicana. Asimismo, se dispone de datos respecto a la media y desviación estándar en población adulta mexicana. Aunque, con respecto a la generalización a la totalidad de la población mexicana de los valores obtenidos, debe señalarse que las muestras sólo se han aplicado en el estado de Michoacán, de modo que sería conveniente capturar muestras de otros estados de la república mexicana. Además también debe considerarse, un posible sesgo de respuesta derivado del tipo de muestreo utilizado para obtener los datos de la población general, ya que es posible que

individuos con menores niveles de bienestar psicológico eviten participar en este tipo de investigaciones.

Referencias

- ABBOTT, R. A., PLOUBDIS, G. B., HUPPERT, F. A., KUH, D. WADSWORTH, M. E. & CROUDACE, T. J. (2006). Psychometric Evaluation and Predictive Validity of Ryff's Psychological Well-being Items in a UK Birth Cohort Sample of Women. *Health and Quality of Life Outcomes*. 4 (76). 1-16.
- AKIN, A. (2008). The Scales of Psychological Well-being: A study of Validity and Reliability. *Educational sciences: Theory and practice*. 8 (3). 741-750.
- ANGUAS, P. & REYES, L. I. (1997). *El significado del bienestar, su valoración en México*. Tesis de maestría no publicada. Facultad de Psicología, UNAM. México.
- ASGHAR, B.A., MOHAMAD, K.A. & BAYANI, A. (2008). Reliability and Validity of Ryff's Psychological Well-Being Scales. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 14 (2): 146-151.
- BALCÁZAR, N. P., LOERA, N. L., GURROLA, P. G. M., BONILLA, M. M. P. & TREJO (2009). Adaptación de la escala de Bienestar Psicológico de Ryff en adolescentes preuniversitarios. *Revista electrónica de psicología*. N° 7.
- CLARK, L.A. & WATSON, D. (1991). Tripartite Model of Anxiety and Depression: Psychometric Evidence and Taxonomic Implications. *Journal of Abnormal Psychology*. 100. 3, 316-336.
- DÍAZ, D., RODRÍGUEZ, C. R., BLANCO, A., MORENO, J. B., GALLARDO, I., VALLE, C. & VAN DIERENDONCK, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*. 18, 3.
- DIENER, E., EMMONS, R. A., LARSEN, R. J., y GRIFFIN, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*. 49 (1): 71-75.
- JAHODA, M. (1958). *Current Concepts of Positive Mental Health*. Basic Books: New York.
- JURADO, S., VILLEGAS, M.E., MÉNDEZ, L. RODRÍGUEZ, F. LOPERENA, V. & VARELA, R. (1998). La estandarización del Inventario de Depresión de Beck para los residentes de la ciudad de México. *Salud Mental*. 21 (3).
- KEYES, C.L.M., RYFF, C.D. & SHMOTKIN, D. (2002). Optimizing well-being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*. 82, 1007-1022.
- ROBLES, R. & PÁEZ, F. (2003). Estudio sobre la traducción al español y las propiedades psicométricas de las escalas de Afecto Positivo y Afecto Negativo (PANAS). *Salud mental*. 26, 1.
- RYAN, R. M. & DECI, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-being. *Annual Review of Psychology*. 52, 141-166.
- 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.
- RYFF, C. D. & KEYES, C. L. (1995). The Structure of Psychological Well-being Revisited. *Journal Personality and Social Psychology*. 69, 719-727.
- RYFF, C. D. & MARSHALL, V. W. (1999). *The Self and Society in Aging Processes*. New York: Springer Publishing Company.
- SHOKRI, O., KADIVAR, P., FARZAD, V., DANESHVARPOUR, Z., DASTJERDI, R., & PAEEZI, M. (2008). A Study of Factor Structure of 3, 9 and 14 item Persian Versions of Ryff's Scales Psychological Well-being in University Students. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 14 (2): 152-161.
- VAN DIERENDONCK, D. (2004). The Construct Validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and its Extension with Spiritual Well-being". *Personality and Individual Differences*. 36: 629-644.
- VOGT, W.P. (1999). *Dictionary of Statistics and Methodology: A Nontechnical Guide for the Social Sciences* (2nd ed.). Thousand Oaks London: Sage.