

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO

FACULTAD DE MEDICINA

ESCUELA DE PSICOLOGÍA



REVISIÓN TEÓRICA DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

SHEYLA ALLISON CHASQUEZ SANDOVAL

ASESOR

RONY EDINSON PRADA CHAPOÑAN

<https://orcid.org/0000-0002-4268-6325>

Chiclayo, 2022

Revisión teórica del Bienestar Psicológico

INFORME DE ORIGINALIDAD

4%

INDICE DE SIMILITUD

3%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

www.authorstream.com

Fuente de Internet

1%

2

(Carlinda Leite and Miguel Zabalza). "Ensino superior: inovação e qualidade na docência", Repositório Aberto da Universidade do Porto, 2012.

Publicación

<1%

3

Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola

Trabajo del estudiante

<1%

4

hdl.handle.net

Fuente de Internet

<1%

5

moam.info

Fuente de Internet

<1%

6

repositorio.unjfsc.edu.pe

Fuente de Internet

<1%

7

www.iprcommission.org

Fuente de Internet

<1%

Índice

Resumen	3
Abstract	4
Introducción	5
Métodos	6
Resultados y Discusión	7
Conclusiones	13
Recomendaciones	14
Referencias	15
Anexos	16

Resumen

El bienestar psicológico, se encuentra en creciente estudio a partir de las últimas décadas, encontrando diversas definiciones, postulados y teorías en torno a la misma. Por lo cual, se postuló el objetivo de analizar la base teórica del bienestar psicológico. El estudio fue de diseño no experimental, de tipo teórica-narrativo. Se incluyeron investigaciones teóricas como empíricas, publicadas en libros, artículos y tesis de posgrado, en idioma inglés, español y portugués, de bases de datos como Scopus, Science Direct, Scielo y Pubmed, como plataformas virtuales: Renati y Alicia, y repositorio de tesis de universidades del Perú. Se encontró diversas definiciones del constructo entre las que resaltan las del enfoque universalista, a su vez, los modelos explicativos vigentes son los de Seligman, Ryff, y Ryan y Deci. Se concluyó que el bienestar psicológico es un proceso multidimensional que engloba indicadores de carácter personal y social, asimismo, se resalta el valor y utilidad del modelo de Ryff como uno de los más completos y con mayor evidencia empírica, y se halló que los rasgos de personalidad son factores importantes en la experiencia de bienestar psicológico, mientras que, los hallazgos de acuerdo a variables sociodemográficas son dispersos y no concluyentes.

Palabras clave: bienestar psicológico, modelos teóricos, Ryff, personalidad.

Abstract

Psychological well-being is under increasing study in recent decades, finding various definitions, postulates and theories around it. Therefore, the objective of analyzing the theoretical basis of psychological well-being was postulated. The study had a non-experimental design, of a theoretical-narrative type. Theoretical and empirical research was included, published in books, articles and postgraduate theses, in English, Spanish and Portuguese, from databases such as Scopus, Science Direct, Scielo and Pubmed, as virtual platforms: Renati and Alicia, and repository of theses from universities in Peru. Various definitions of the construct were found, among which those of the universalist approach stand out, in turn, the current explanatory models are those of Seligman, Ryff, and Ryan and Deci. It was concluded that psychological well-being is a multidimensional process that includes personal and social indicators, likewise, the value and usefulness of the Ryff model is highlighted as one of the most complete and with the greatest empirical evidence, and it was found that the traits of personality are important factors in the experience of psychological well-being, while the findings according to sociodemographic variables are scattered and inconclusive.

Keywords: psychological well-being, theoretical models. Ryff, personality.

Revisión teórica del Bienestar Psicológico

A partir de las últimas décadas se ha presentado un creciente interés por el estudio de variables psicológicas centradas en el impacto positivo y fortalezas de las personas. Es así que aparece el constructo bienestar psicológico, fomentado por la línea de investigación de la psicología positiva, dado que se orienta a atender los aspectos favorables de la persona como la felicidad, resiliencia, entre otras.

Tradicionalmente, se presentaban ideas y convicciones idealistas en torno a la concepción del bienestar en el ser humano, orientado hacia aspectos como el alma, felicidad y una buena vida. El estudio científico de la variable fue precedido por pensamientos filosóficos de la edad antigua, que brindaban su explicación y mirada propia al bienestar en el ser humano (Vielma & Alonso, 2010). Habitualmente, han existido dos posturas marcadas en torno a la concepción del bienestar, por un lado, desde una perspectiva hedónica, orientada al bienestar subjetivo, y por otro, en enfoque eudomónico, el cual abarca el bienestar psicológico propiamente (Diez, et al., 2006).

El uso del término bienestar psicológico en el contexto científico fue realizado en 1969 por Brabdun, quien, a partir de la observación e investigación clínica, aportó la concepción de valorar globalmente el constructo de manera objetiva, evitando y reduciendo evaluaciones relacionadas a ética, religión y político (Vielma & Alonso, 2010). Y en el contexto de la psicología, fue Diener, quien, en los años 80, efectuó estudios orientados a sistematizar datos con respecto a bienestar, concibiéndolo como una serie de fenómenos que engloban reacciones afectivas, satisfacción y perspectivas de vida (De Lara y Ruschel, 2012).

A partir de ello, se han postulado diversas concepciones y modelos teóricos, muchos de ellos vigentes hasta la actualidad; entre los más destacados se hallan el modelo pionero de Ryff, así como el enfoque de Seligman, como el modelo establecido por Ryan y Deci y la teoría de Fredrickson (Meneses, et al., 2016). Cada uno brindando determinadas características, indicadores y perspectivas en torno a la conceptualización, causas y consecuencias del bienestar.

Teniendo en cuenta lo mencionado, se formuló la interrogante: ¿Cuál es la base teórica del bienestar psicológico?

El propósito general de la presente investigación fue analizar la base teórica del bienestar psicológico, y como objetivos específicos: definir el bienestar psicológico, describir el bienestar psicológico desde modelos teóricos, e identificar factores asociados al bienestar psicológico.

El estudio de la variable bienestar psicológico, es reciente y se encuentra en expansión, dada su relevancia en la comunidad científica al contemplar una perspectiva positiva e innovadora de la salud mental del ser humano. No obstante, se identifican escasos datos y estudios en cuanto a la variable desde una mirada teórica, así como, investigaciones dispersas en torno a los modelos explicativos; por lo que resulta necesaria, una revisión que contribuya al crecimiento y organización del conocimiento de la misma, como a su línea de estudio; de tal manera, que se encuentren diversos hallazgos de manera estructurada; asimismo, que colabore con la ejecución de propuestas de promoción de la misma.

Métodos

La investigación fue de diseño no experimental, de tipo teórica-narrativo, puesto que se recogió los avances teóricos producidos en torno a la variable, revisiones y actualizaciones de estudios primarios y secundarios (Ato et al., 2013).

Se consultaron bases de datos como Scopus, Science Direct, Scielo y Pubmed, como plataformas virtuales: Renati y Alicia, y repositorio de tesis de universidades del Perú, utilizando los siguientes descriptores, en español “bienestar psicológico”, “teorías de bienestar”, “revisión de bienestar psicológicos”; en inglés “psychological well-being”, “welfare theories”; así como en portugués “teorías de bem-estar”, “bem-estar psicológico”.

Como criterios de inclusión se contemplaron investigaciones teóricas como empíricas, publicadas en libros, artículos y tesis de posgrado, en idioma inglés, español y portugués, que estudiaron el bienestar psicológico, su definición, modelos y actualizaciones teóricas. Por otro lado, se excluyeron investigaciones con más de 6 años de antigüedad y provenientes de fuentes no confiables.

La técnica fue el análisis de documentos, y el instrumento fue el fichaje, donde la información recolectada se estructurará y clasificará de acuerdo a las definiciones de bienestar psicológico, modelos teóricos y factores asociados a la variable.

Además, el estudio resguardó los principios éticos de respeto hacia las personas y justicia al velar por los derechos de autor, así como, el principio de beneficencia, pues tuvo la finalidad de contribuir al estudio de la variable en el campo de la psicología; de igual forma, los hallazgos fueron dirigidos exclusivamente para fines del estudio; y se analizó la similitud en el software Turnitin obteniendo 4%. (Ver Anexo A)

Resultados y Discusión

Definición de Bienestar Psicológico.

El estudio científico del bienestar psicológico inicio tras la segunda mitad del siglo XX, aumentando considerablemente durante las últimas décadas, generando diversas perspectivas para su concepción; ello desde su comienzo siendo analizada, desde dos posturas, una primera de origen eudaimónica, relacionada al desarrollo continuo de la persona, y por otro lado, la postura subjetiva, orientada a la satisfacción y emociones agradables en la vida de cada persona (Castro, 2009; Cobo-Rendón et al., 2020). A partir de las dos vertientes señaladas, se han desplegado una serie de modelos, enfoques y líneas de estudio, por las cuales existen diversas conceptualizaciones planteadas de la variable, bienestar Psicológico, cada una destacando determinadas características.

En un primer grupo, se encuentran, Diener et al. (citado en Delhom et al., 2019) define al bienestar como la suma de experiencias felices en la vida; es así que a mayor número de situaciones que generen emociones agradables, la persona experimenta bienestar; por el contrario, autores como, Lyubomirsky (2007) consideran que el bienestar es una tendencia innata, destinada a partir de la personalidad de cada individuo, presentando una disposición a experimentarla de acuerdo a las características temperamentales. Es así que, en las definiciones descritas, se destaca el componente temporal como situacional.

Entre las definiciones más citadas se encuentran las de enfoque universalista, según Castro (2009) son aquellos que conciben al bienestar a partir del logro de necesidades básicas como de objetivos relevantes. Entre los conceptos descritos, se halla la manifestada por Ryff (citado en Canchari, 2019) señalando que el bienestar, es más que la ausencia de malestar, y es un constructo multidimensional, encontrándose compuesto por un funcionamiento mental adecuado, desarrollo humano óptimo y apreciación positiva de sí mismo; en esta misma línea, se encuentra la definición establecida por Casullo (2009) indicando que es la capacidad de establecer relaciones positivas, aceptarse a sí mismo y presentar una visión del futuro, impactando en el desarrollo personal; en esta misma línea, se encuentra Ryan et al. (citado en Benavides et al., 2020) postulando que la persona al cubrir sus necesidades de autonomía, competencia y relación, logrará el bienestar.

Entre conceptos más modernos, acorde al contexto actual, Csikszentmihalyi (2015) considera que es el estar y sentirse bien, en un plano sincrónico se contempla como un estado variable de cada persona de acuerdo a las condiciones personal y externas, como en un sentido diacrónico, en el que se contempla a modo de rasgo que puede variar de una persona a otra; pudiendo coexistir ambas en una sola definición, debido a las demandas del mundo moderno.

Tras la revisión de una serie de definiciones brindadas a lo largo del estudio científico de la variable, se puede señalar que es un proceso multidimensional, el cual engloba aspectos personales como contextuales, entre los que se contemplan la aceptación de la persona hacia sí misma, perspectiva y visión hacia objetivos futuros, como establecimiento de vínculos saludables y duraderos con personas de su entorno, todo ello avocado hacia el desarrollo personal.

Modelos teóricos del Bienestar Psicológico

Modelo de Seligman

Seligman (2011) planteo el enfoque de psicología positiva abocado a la valoración de rasgos individuales favorables, experiencia subjetiva positiva, y calidad de vida adecuada en las personas, a partir de la comprensión de factores individuales, familiares como contextuales que expliquen la experiencia de los seres humanos.

El autor formula que, para alcanzar el bienestar, la persona debe experimentar los siguientes cinco indicadores: emociones positivas, compromiso, logros, relaciones positivas y sentido de vida, de tal manera que se encuentre satisfecha con la vida que está atravesando; el primer indicador referido a una medida subjetiva de placer y comodidad, el segundo, compromiso, orientado a centrarse profundamente en la tarea que están cumpliendo de tal manera que pierden conciencia de lo exterior en ese momento; el tercero, sentido de vida, dirigido a la capacidad de ser y servir a algo que uno contempla como superior a uno mismo; además, la realización mediante logros, y finalmente, el establecimiento de vínculos positivos, dimensión que por sí misma se vincula con las cuatro previas (Meneses et al., 2016).

Además, es importante señalar, tal como menciona Jayawickreme et al. (2012) que el modelo planteado por Seligman, presenta evidencia empírica de su impacto en la construcción del bienestar, más no en todas las dimensiones, tal como en la de relaciones positivas, pues el autor indica que fue añadida debido a su experiencia profesional; asimismo, no queda claramente delimitado si el bienestar se obtiene a partir del logro de las cinco dimensiones o

sino se requiere de todas para considerar en un estado de bienestar. En otros términos, el modelo de Seligman, se encuentra fundamentado en la consecución de los indicadores descritos, no obstante, se hallan acepciones escasamente delimitadas para contemplar el bienestar, tales como el número de dimensiones a cumplir, la limitada evidencia para sustentar y delimitar el rol de cada dimensión.

Modelo de Ryff

El modelo de la autora se contempla dentro del grupo de teorías universalistas, catalogándose como una de las pioneras en valorar el bienestar, como una variable más allá de la ausencia de malestar y/o psicopatología, de tal manera que reúne postulados de teorías con el desarrollo humano, funcionamiento positivo y del ciclo vital para establecer su modelo explicativo de acuerdo a seis dimensiones (Castro, 2009).

La estructura explicativa del bienestar establecido por Ryff (citado en Fernández et al., 2014) a partir del análisis de múltiples modelos, es la siguiente: autoaceptación, vínculos positivos con el entorno, autonomía, dominio del medio, propósito de vida y crecimiento personal; es así que cada elemento fue añadido debido a su presencia recurrente en modelos previos, y a la evidencia empírica demostrada como influyente en el desarrollo del bienestar.

La dimensión de autoaceptación es entendida como la actitud favorable hacia las propias características de uno, sean adecuadas y/o limitaciones; la siguiente dimensión, relaciones positivas, se aboca al establecimiento y mantenimiento de vínculos saludables y estables; además, la autonomía, misma que comprende la cualidad de sostener las propias convicciones y creencias en diferentes contextos a lo largo del tiempo; la cuarta dimensión, dominio del entorno, siendo la capacidad de conducir de manera efectiva su entorno y propia vida, de tal forma que vaya acorde a sus necesidades y metas; consecuentemente, se halla el crecimiento personal, direccionado hacia el fortalecimiento de capacidades y potencial propio; y finalmente, el propósito de vida, a partir del establecimiento claro y realista de objetivos a corto y largo plazo (Vielma y Alonso, 2011).

Este modelo, se considera como uno de los primeros en visualizar al bienestar como un constructo de múltiples componentes, a partir del estudio exhaustivo de diversas disciplinas, se examinó y unió los principales indicadores de bienestar encontrados en teorías e investigaciones previas, es decir, la autora recopiló y estructuró la evidencia para la formulación de su modelo

explicativo, mismo que es uno de los más empleados por la comunidad científica durante las últimas décadas, encontrándose escasas críticas.

Modelo de Ryan y Deci

Denominado teoría de la autodeterminación, dirigida a la explicación de la personalidad, motivación y bienestar, considerando su interés principal la conducta voluntaria en condiciones sociales, y se encuentra sustentada a partir de seis modelos explicativos: evaluación cognitiva, integración organísmica, orientaciones de causalidad, necesidades psicológicas básicas, contenidos de metas y motivación relacional (Meneses et al., 2016).

Definen el bienestar como aquel proceso caracterizado por una motivación intrínseca en el que la persona persigue sus metas y valores, ejerce comportamientos autónomos, se conduce por la vida con conciencia y busca la satisfacción de necesidades básicas como la autonomía, competencia y establecimiento de vínculos con los demás (Vielma, 2011).

El modelo de Ryan y Deci si bien no inicio exclusivamente dirigido al estudio del bienestar psicológico, ejerce un rol importante al permitir comprender una serie de variables como: personalidad, conducta, motivación y su impacto en el desarrollo del bienestar de la persona; no obstante, aún es necesaria la amplitud y mayor descripción como determinación de cada componente del modelo.

Factores asociados al Bienestar Psicológico

Personalidad

De acuerdo a Castro (2009) a partir de las teorías personológicas, también denominada Top Down, se considera que el bienestar en la persona se encuentra inherentemente relacionado como sus disposiciones temperamentales de la personalidad, por lo que algunas personas experimentan mayor bienestar, afectos positivas y satisfacción debido a su disposición general con la vida; y entre los estudios pioneros se encuentra el efectuado por Costa y McCrae, quienes evaluaron los rasgos de neuroticismo y extroversión, concluyendo que los adultos con mayores indicadores de neuroticismo, se encuentran predispuestos a experimentar emociones desagradables, mientras que aquellos con rasgos de extroversión, tienden a desarrollar mayor bienestar psicológico.

En una serie de estudios, se ha corroborado la relación y relevancia de los rasgos de la personalidad en el desarrollo del bienestar; entre lo más resaltante, se ha encontrado una relación inversa entre bienestar y neuroticismo, lo cual se explica debido a que, el neuroticismo se configura como rasgo de inestabilidad en la persona, el que da lugar a una predisposición por emociones y reacciones de malestar hacia uno mismo y el entorno; además se halló asociación de bienestar con el rasgo de extroversión, puesto que, dicho rasgo de personalidad, facilita la interacción con el medio, elemento fundamental para el fortalecimiento del bienestar, favoreciendo las experiencias agradables y el establecimiento de vínculos; en esta misma línea, se ha encontrado relación con el indicador de apertura a la experiencia, lo que se explica debido a que para alcanzar el bienestar se requiere de emociones significativas, vínculos saludables, crecimiento personal y búsqueda de objetivos (Meléndez et al., 2019; Delhom et al., 2019; Barra et al., 2013).

Por lo que, se evidencia que existe relación entre los rasgos de personalidad y el bienestar psicológico, de tal manera que, las características estables en el comportamiento de las personas, favorecen o reducen la probabilidad de experimentar y mantener el bienestar psicológico.

Variables sociodemográficas

En cuanto a sexo, los estudios tienden a señalar que el nivel de bienestar es indistinto en varones como en mujeres (González et al., 2018; Jorquera, R., 2022; Mayordomo et al., 2016), es decir, que no existen diferencias en la variable según el sexo de la persona. No obstante, algunos autores, obtuvieron resultados dispersos, tal como Araque et al. (2020) al concluir que las mujeres muestran indicadores y niveles más elevados de bienestar, lo cual es ratificado por Muratori et al. (2015), enfatizando las diferencias en mujeres, en especial, en indicadores como relaciones positivas con los demás y el entorno; por otro lado, hallazgos como los de Valdez et al. (2022) indican que la tendencia es mayor en varones, debido al contexto social de diversas culturales en las que se le brinda un número más amplio de oportunidades de crecimiento.

Se observa que los resultados en torno a las diferencias en el bienestar de acuerdo al sexo de la población con dispares, a su vez, se resalta que en algunas investigaciones se presentan muestras no probabilísticas y/o con elevada población de un sexo específico, lo cual impide que los hallazgos encontrados sean generalizables.

Respecto a la variable edad, algunos estudios indican que el nivel de bienestar es indistinto al grupo etario en el que se encuentra la persona (González, et al., 2018; Muratori et al., 2015; Valdez et al., 2022), no obstante, es necesario indicar que dichas investigaciones analizaron grupos de edad que oscilaban entre 20 a 50 años. Por otro lado, Mayordomo et al. (2016) valoró el nivel de bienestar en grupos de adultos jóvenes, medios y mayores, hallando que la percepción de bienestar psicológico disminuye con la edad, lo cual se explica en especial por los indicadores de pérdida de autonomía y reducción de relaciones interpersonales significativas. Por lo que se considera pertinente analizar la relación del bienestar y la edad en poblaciones más amplias, así como, en aquellas que consideran las diferentes etapas del ciclo vital.

Y en cuanto a nivel socioeconómico, los resultados se encuentran disgregados, por un lado, señalan que, a diferencia de las creencias populares, no existen diferencias significativas en los grupos de acuerdo al grupo socioeconómico en el que se encuentren (González et al., 2018; Muratori et al., 2015); mientras que, por otro lado, Araque et al. (2020) encontró en Colombia que, ante un nivel socioeconómico más elevado, le permite a la persona experimentar mayor bienestar, puesto que perciben mayor autonomía en sus acciones y satisfacción de necesidades, así como un nivel más alto de dominio de su entorno. A ello, González et al., (2018) concluye que el elemento socioeconómico se convierte en un factor fundamental para satisfacer las necesidades básicas y así percibir bienestar psicológico, en aquellos países con ingresos y recursos económicos más bajos, a diferencia de países con estabilidad económica, cuyos integrantes tienen cubiertas los requerimientos de salud y alimentación.

Conclusiones

El bienestar psicológico, es un proceso de índole multidimensional, dado que se encuentra compuesto por una serie de indicadores de carácter personal y social, entre los que se destacan la estima propia, planteamiento y persecución de objetivos, sentido de vida, así como, mantenimiento de relaciones saludables y manejo del entorno que rodea a la persona; es decir, va más allá de la mera ausencia de malestar y/o de las experiencias placenteras.

En cuanto a los modelos explicativos vigentes, se hallan formulaciones como las de Seligman, Ryan y Deci, y Ryff, de las cuales se encuentran puntos convergentes, entre los que se hallan la consideración de factores propios como del contexto que influyen en el bienestar personal, no obstante, el modelo que se encuentra ampliamente empleado en la comunidad científica es el de Ryff debido al sustento empírico de cada dimensión y al brindar una mirada global de la persona desde un enfoque de salud.

Correspondiente a los factores asociados al bienestar psicológico, se encontró que los rasgos de personalidad se relacionan con las características y experiencias de bienestar en las personas, de manera directa la extroversión como apertura a la experiencia; y en cuanto a las variables sociodemográficas los hallazgos se muestran dispersos y no concluyentes, variando de acuerdo contexto cultural, lugar y características propias de la población evaluada.

Recomendaciones

Se recomienda recopilar información en otros idiomas, además del español e inglés, dados los limitados estudios encontrados, con el fin de encontrar literatura útil en demás contextos.

Se sugiere analizar la relevancia y evidencia empírica de las dimensiones de los modelos explicativos vigentes, así como, los instrumentos que actualmente se emplean para la medición de la variable en adultos; con el objetivo de verificar la utilidad de cada uno en la valoración del bienestar.

Se recomienda analizar las variables de personalidad y su influencia en el bienestar psicológico de acuerdo a grupo etarios.

Se considera pertinente evaluar estudios que presentan muestras probabilísticas con el objetivo de generalizar los hallazgos encontrados en las poblaciones respectivas, así como analizar grupos poblacionales que contemplen de manera equiparada características como sexo, etapa del ciclo vital y contexto sociocultural.

Referencias

- Araque, F., González, O., López, R., Nuván, I. y Medina, O. (2020). Bienestar psicológico y características sociodemográficas en estudiantes universitarios durante la cuarentena por SARS-CoV-2. *Comunidades y colecciones*, 2, 2-8.
http://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/8927/2020_bienestar_psicologico_caracteristicas.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Benavides, C., Segura, A., y Rojas, L. (2020). Análisis del bienestar psicológico en policías que laboran en la región Caribe de Colombia. *Revista Logos Ciencia y Tecnología*, 12 (3), 8-19. <http://www.scielo.org.co/pdf/logos/v12n3/2422-4200-logos-12-03-8.pdf>
- Canchari, Y. (2019). *Bienestar psicológico, una revisión teórica del concepto*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6641/Canchari%20Flores%2c%20Yanet.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cono-Rendón, R., Pérez-Villalobos, M., Díaz-Mujica, A., y García-Álvarez, D. (2020). Revisión sistemática sobre modelos multidimensionales del bienestar y su medición en estudiantes universitarios. *Formación Universitaria*, 13 (2), 103-118. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/formuniv/v13n2/0718-5006-formuniv-13-02-103.pdf>
- De Lara, W., y Ruschel, D. (2012). Bem-estar psicológico: definição, avaliação e principais correlatos. *Estudios de Psicología*, 29 (4), 587-595.
<https://www.scielo.br/j/estpsi/a/J448bhT3RqFYwBDMgMqDPqg/?lang=pt>
- Delhom, I., Satorres, E., y Meléndez, J. (2019). ¿Están los rasgos de personalidad asociados al bienestar psicológico? *Escritos de Psicología*, 12 (1), 1-8.
<https://scielo.isciii.es/pdf/ep/v12n1/1989-3809-ep-12-01-00001.pdf>
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., y Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72718337.pdf>
- González, J., Veray, J., y Rosario, A. (2018). Diferencias Sociodemográficas en el Bienestar Psicológico de Adultos Puertorriqueños: Un Estudio Preliminar. *Revista Griot*, 10, 15-28. <https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/9164/11404>
- Jorquera, R. (2022). Bienestar psicológico y variables sociodemográficas en una muestra de trabajadores y estudiantes universitarios chilenos. *Diversitas*, 18, 25-30.
<https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/diversitas/article/view/5296>

- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E., y Meléndez, J. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento psicológico*, 14 (2), 101-112. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S165789612016000200008
- Meneses, M., Ruiz, S. y Sepúlveda, M. (2016). *Revisión de las principales teorías del bienestar psicológico*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Antioquia]. Repositorio UA. http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14523/1/MenesesMaria_2016_RevisionPrincipalesTeorias.pdf
- Moratori, M.; Zubietta, E.; Ubillos, S.; y González, J. (2015). Felicidad y bienestar psicológico: Estudio comparativo entre Argentina y España. *Psyche*, 24 (2), 1-18. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282015000200003
- Valdez, E., Cubillas, M. y Domínguez, S. (2022). Factores Socioeconómicos Asociados a la Felicidad y Bienestar en Estudiantes Universitarios del Noroeste de México. *Know And Share Psychology*, 3(3), 9–25. <https://doi.org/10.25115/kasp.v3i3.6878>
- Vielma, J. y Alonso, L., (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *La revista venezolana de Educación*, 14 (49), 265-275. <https://www.redalyc.org/pdf/356/35617102003.pdf>

Anexos

Anexo A

Revisión teórica del Bienestar Psicológico			
INFORME DE ORIGINALIDAD			
4%	3%	1%	0%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
FUENTES PRIMARIAS			
1	www.authorstream.com Fuente de Internet		1%
2	(Carlinda Leite and Miguel Zabalza). "Ensino superior: inovação e qualidade na docência", Repositório Aberto da Universidade do Porto, 2012. Publicación		<1%
3	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante		<1%
4	hdl.handle.net Fuente de Internet		<1%
5	moam.info Fuente de Internet		<1%
6	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet		<1%
7	www.iprcommission.org Fuente de Internet		<1%