

# Medición del bienestar psicológico mediante la utilización de Cuestionarios de Autorreporte. Una revisión sistemática

## *Measurement of psychological well-being through the use of self-support questionnaires. A systematic review*

*Silvia Isela Ramírez Enríquez, Perla Jannet Jurado García,  
Humberto Blanco Vega y Juan Cristóbal Barrón Luján*

Universidad Autónoma de Chihuahua<sup>1</sup>

Autor para correspondencia: Silvia Isela Ramírez Enríquez, [senriquez@uach.mx](mailto:senriquez@uach.mx).

### RESUMEN

El objetivo de este trabajo fue analizar los instrumentos de autorreporte más utilizados para medir bienestar psicológico, y revisar su grado de validez. Se llevó a cabo un estudio de la literatura científica, buscando artículos originales, sobre el análisis psicométrico de escalas de autorreporte que midieran el bienestar psicológico, que describieran el instrumento de medición y su validez. Se exploraron las bases de datos CONRICYT, Dialnet, Redalyc, Scielo y Scopus, encontrando 1069 artículos, quedando un total de 7 publicaciones para su evaluación. Los resultados indican, que los documentos tienen como objetivo examinar las propiedades psicométricas de los instrumentos utilizados, y todos ellos muestran indicadores de confiabilidad y validez aceptables, esto según los criterios de calidad establecidos. Se puede decir que todos los instrumentos tienen sus bondades y que estas siete escalas son las más representativas de los autores que miden el bienestar psicológico; asimismo que estas tienen sus fortalezas y no se puede afirmar cuál de ellas es la mejor, ya que cada escala puede ser utilizada en poblaciones distintas, y sus resultados dependerán de las correctas adaptaciones para cada una de ellas.

**Palabras clave:** Bienestar psicológico; Instrumentos de medición; Validación; Escalas; Propiedades psicométricas.

### ABSTRACT

*Objective. To analyze the most frequently used self-report instruments to measure psychological wellbeing and reviewing their validity. Method. An analysis of the scientific literature included original articles on the psychometric analysis of self-report scales measuring psychological wellbeing and described the instrument and its validity. Databases searched included CONRICYT, Dialnet, Redalyc, Scielo and Scopus. A total of 1069 articles initially resulted, leaving seven final publications for analysis. Results. The results indicate that the studies examined the instruments' psychometric properties, and most of them reported acceptable reliability and validity, according to the established quality criteria. Discussion. All the instruments showed benefits and the seven scales are the most representative of the authors on psychological wellbeing. It cannot be established which*

<sup>1</sup> Facultad de Ciencias de la Cultura Física, Paseos de Chihuahua, 31125 Chihuahua, Chih., México, tel. (614)158-99-00.



*is the best, since each scale was assessed on different populations, and their results depend on the correct adaptations.*

**Key words:** Psychological well-being; Measurement instruments; Validation; Scales; Psychometric properties.

Recibido: 19/05/2020

Aceptado: 22/11/2021

**H**ablar de *bienestar psicológico* es referirse a un funcionamiento psicológico idóneo en el que las destrezas y potencialidades de la persona están desarrolladas en su totalidad, expresando todos sus sentimientos y emociones originadas por sus dolencias físicas o preocupaciones, pues el bienestar psicológico no es solo un estado mental, sino que también implica la satisfacción de desarrollar las propias capacidades de una persona (Diener, 2000; Diener y Fujita, 1995).

Existen dos enfoques sobre el bienestar: el hedónico, o bienestar subjetivo, el cual tiene que ver con la forma en la que se evalúan los diversos aspectos de la vida, y el eudaimónico, o bienestar psicológico, vinculado a una actitud positiva hacia las dificultades de la vida y el manejo de las mismas con el propósito de sentirse bien. Es en este último enfoque en el que muchos autores se han centrado a fin de medir dicho constructo (Cobo, Pérez, Díaz y García, 2020; Cansoy, Parlar y Turkoglu, 2020).

Para su análisis y medición se han desarrollado y aplicado distintos cuestionarios (Pineda, Castro, y Chaparro, 2017). Tal es el caso de instrumentos como los de Diener *et al.* (2009), Butler y Kern (2016), Ryff (1989), Casullo y Castro (2000) y Sánchez (2007, 2013). El de Ryff (1989), con su modelo multidimensional, y el de bienestar PERMA, de Seligman (2011), son los principales exponentes de la explicación de este constructo, y Casullo y Castro (2000), con su Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes Adolescentes (BIEPS-J), los más importantes impulsores de su estudio en Latinoamérica (García y Hernández, 2020).

Estos cuestionarios de autorreporte son herramientas que permiten obtener una información rápida, confiable y válida, estadísticamente ha-

blando, además de que cuentan con un considerable fundamento teórico y científico (Veliz, 2012; Villavicencio, Ruiz y Cabrera, 2016) para estudiar las diferentes dimensiones relacionadas con el bienestar psicológico, como la autonomía, el dominio del entorno, las relaciones positivas, la autoaceptación, los propósitos y el logro; asimismo, son útiles para obtener información sobre los aspectos psicológicos, rasgos, cualidades o características de un sujeto o una población de manera objetiva y estandarizada (Franco, 2016).

No obstante, para lograr que los instrumentos sean beneficioso para llevar a cabo una medición exitosa, deben contener atributos de validez, fiabilidad y utilidad; si gozan de estas propiedades, se podrán catalogar como herramientas robustas, concisas y pertinentes para medir la variable de interés (Villavicencio *et al.*, 2016).

La validez de un instrumento se puede determinar mediante la obtención de parámetros tales como su validez convergente y divergente, o a través de un análisis factorial exploratorio o confirmatorio, entre los más comunes. La fiabilidad, como la propiedad de un instrumento que mida lo mismo en las mismas condiciones, se puede evaluar a través del coeficiente alfa de Cronbach, siendo este el método más utilizado para tal propósito. La calidad del proceso de medición de una variable es sumamente importante, por lo que instrumentos sin validez o fiabilidad no son los idóneos, ya que el investigador requiere de instrumentos con una consistencia interna aceptable y fiable para medir el constructo de su interés (Cassaretto y Martínez, 2017; Villavicencio *et al.*, 2016).

El bienestar psicológico es un concepto relativamente joven y tiene una gran importancia en el desarrollo personal de los individuos (Castro, 2009); por tal motivo, ¿cuáles instrumentos diseñados para medir el constructo de bienestar psicológico son los más utilizados y válidos? Para ello, este trabajo tuvo como objetivo efectuar una revisión sistemática de los instrumentos de autorreporte más utilizados para medir dicho bienestar, y revisar su grado de validez, a fin de proporcionar información que permita a los lectores e investigadores tener un panorama más amplio sobre los mismos, así como mostrar algunos datos útiles para su aplicación en investigaciones futuras.

## MÉTODO

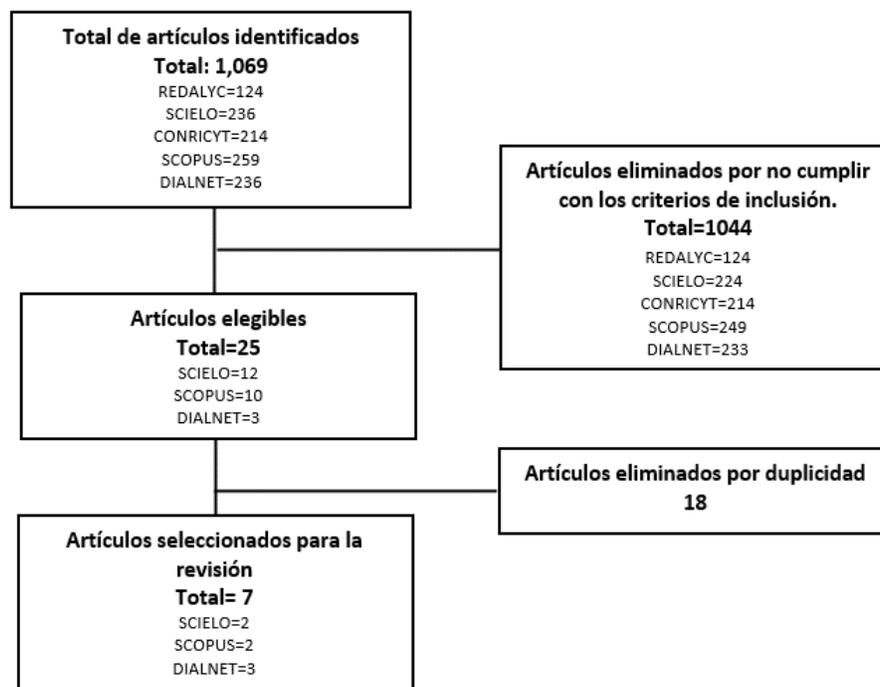
Se llevó a cabo un análisis de la literatura científica sobre los instrumentos de autorreporte más utilizados para medir el bienestar psicológico y de su grado de validez. Para ello, se buscaron artículos con los siguientes criterios de inclusión: artículos originales sobre el análisis psicométrico de instrumentos de autorreporte que midieran el bienestar psicológico; que describieran el instrumento de medición y su validez, sin importar el idioma, y que fueran de acceso abierto, sin restricciones respecto a su fecha de publicación y ubicación geográfica, para lo cual se emplearon las siguientes palabras clave: Psychological well-being scales, Propiedades psicométricas-bienestar psicológico, Escala-bienestar psicológico, Instrumento de medición-Bienestar psicológico, Psychological wellbeing-measurement y bienestar psicológico y validación, utilizando el boleano AND. La exploración de documentos se centró en las bases de datos CONRICYT, Dialnet, RedALyC, SciELO y Scopus.

## RESULTADOS

Se encontraron 1,069 artículos, de los cuales 1,044 fueron descartados por no cumplir con los criterios de inclusión, obteniendo como elegibles 25; de estos, se eliminaron 18 por duplicidad, por lo que restaron siete publicaciones para su análisis.

En la Figura 1 se muestra el diagrama de flujo de la búsqueda bibliográfica que se llevó a cabo. Se ilustra el total de artículos identificados, los eliminados por no cumplir con los criterios de inclusión, aquellos elegibles y los eliminados por duplicidad, así como los que se usaron para su análisis, incluyendo el total por base de datos. En la Tabla 1, se detallan los datos principales de las 7 fuentes analizadas que cumplieron con los criterios de inclusión. Esta tabla contiene la referencia de los documentos analizados, el instrumento utilizado, el tipo de muestra, los datos de validez y confiabilidad obtenido en cada estudio, además de una síntesis descriptiva de los resultados más relevantes.

**Figura 1.** Diagrama de flujo del proceso de selección de artículos.



**Tabla 1.** Principales resultados de los artículos seleccionados sobre los instrumentos de autorreporte para medir el bienestar psicológico.

Referencias	Instrumento	Muestra	Validez y confiabilidad	Resultados más relevantes
1. Sakunpong y Ritkumrop (2021). SCOPUS	Escala Breve de Bienestar Psicológico, de Diener <i>et al.</i> , 2009.	111 pacientes con trastorno depresivo mayor (TDM) diagnosticados.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alfa de Cronbach de 0.91.</li> <li>2. Validez convergente positiva entre constructos (entre -0.34 y 0.30).</li> <li>3. Análisis factorial exploratorio (AFE) de consistencia interna de 61% de la varianza total (0.69 a 0.80).</li> <li>4. Análisis de componentes principales (PCA).</li> </ol>	La esta escala tiene un alto nivel de fiabilidad y validez. El análisis factorial confirmatorio arrojó que todos los ítems tenían una carga adecuada.
2. Sasaki <i>et al.</i> (2020). SCOPUS	Versión japonesa de la Escala de Bienestar Psicológico de 42 ítems (PWBS-42). Traducción inversa de la escala de Ryff (1989).	2,102 adultos residentes de Tokio con rango de edad de 30 a 79 años.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Validez estructural, por análisis factorial confirmatorio (AFC).</li> <li>2. Validez convergente de PWBS-42 y satisfacción con la vida.</li> <li>3. Coeficientes <math>\alpha</math> de Cronbach entre (0.70) y (0.78).</li> </ol>	La escala tiene confiabilidad y validez convergente aceptables. El análisis factorial confirmatorio no arroja un buen ajuste. Se halló una alta correlación con otras escalas, lo que apoya su validez convergente.
3. Luna <i>et al.</i> (2020). SCIELO	Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J), de Casullo y Castro (2000).	216 estudiantes del nivel medio superior, con una edad de entre 16 y 18 años.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Consistencia interna global (<math>\alpha &gt; .80</math>) y por factor (<math>\alpha &gt; .70</math>).</li> <li>2. Validez convergente con la EAR (Escala de Autoeficacia de Rosenberg) (<math>r = .44</math>).</li> <li>3. Análisis factorial exploratorio (AFE) superior a 0.40.</li> </ol>	La consistencia interna global y por factor fue aceptable. Es un instrumento válido y confiable para evaluar el bienestar psicológico en población adolescente mexicana de entre 16 y 18 años. Cargas de AFC adecuadas.
4. Ryan <i>et al.</i> (2019). DIALNET	Perfilador PERMA para medir los cinco pilares del bienestar de Seligman (Butler y Kern, 2016).	439 adultos australianos de entre 18 y 65 años.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Análisis factoria confirmatorio (prueba de esfericidad de Bartlett y medida de muestreo de Kaiser-Meyer-Olkin).</li> <li>2. Validez de constructo convergente y divergente.</li> <li>3. Alfa de Cronbach con consistencia interna de moderada a fuerte de bienestar general (.93).</li> </ol>	Escala de consistencia interna aceptable. No cumple los criterios de ajuste del modelo. La consistencia interna es limitada debido a una posible mala adaptación. Existe a necesidad de realizar más estudios de validación.
5. Arana, Restrepo, García y Zuluaga (2017). DIALNET	Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de Sánchez (2013).	30 jóvenes de entre 20 y 25 años de Medellín, Colombia.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alfa de Cronbach de .79.</li> <li>2. Análisis factorial confirmatorio.</li> <li>3. Validez convergente, divergente y de constructos.</li> </ol>	La escala es apropiada para medir el constructo; muestra una consistencia adecuada. Hay necesidad de validar más la escala en el contexto de la población colombiana.

Continúa...

6. Medina, Gutiérrez y Padrós (2013). SCIELO	Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989) de 39 ítems.	477 estudiantes universitarios y 256 personas de población general con edades de 3 a 29 años.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Análisis factorial confirmatorio de máxima verosimilitud.</li> <li>2. Alfa de Cronbach (0.91 y 0.90) para dos muestras y para sus subescalas (0.61 y 0.79).</li> <li>3. Correlación test-retest (<math>r = 0.796</math>).</li> <li>4. Validez convergente positiva.</li> </ol>	Su estructura interna no se ajusta a la población mexicana como ocurre con la española. Alfa de Cronbach aceptable de la escala total. La consistencia de algunas subescalas resultó algo baja. El análisis factorial confirmatorio sugiere una bondad de ajuste regular.
7. Millán y D'Aubeterre (2011). DIALNET	Escala de Bienestar Psicológico de Sánchez (2007).	747 trabajadores venezolanos con edades de 21 a 65 años.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Análisis factorial con rotación varimax.</li> <li>2. Alfa de Cronbach. (0.93)</li> <li>3. Validación convergente y divergente.</li> </ol>	El instrumento reporta coeficientes de buena consistencia interna. La validación convergente es adecuada y positiva, y para la divergente, moderada y negativa.

## DISCUSIÓN

El interés de llevar a cabo la medición del análisis de bienestar psicológico no es exclusivo de una zona geográfica o de un solo estrato social, ya que en la revisión de los siete artículos se halló que los instrumentos para medir este constructo han sido aplicados en diversas regiones de Colombia, México, Japón, Australia, Venezuela y Tailandia, y en distintas poblaciones: adultos, estudiantes jóvenes, universitarios, trabajadores o personas con trastornos psicológicos. Esta información muestra la importancia de analizar este objeto de estudio, sin importar los espacios geográficos ni el tipo de personas ya que, siendo un fenómeno estudiado desde hace pocos años, tiene un potencial para dilucidar ciertos aspectos del estado de salud, la esperanza de vida y la calidad de la misma, las relaciones afectivas entre personas y su buen funcionamiento (Castro, 2009).

Del análisis de los artículos estudiados se encontró que dos autores, Medina *et al.* (2013) y Sasaki *et al.* (2020), utilizaron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989), Arana *et al.* (2017), la escala de Sánchez de 2013, y Millán y D'Aubeterre (2011) la de 2007. El resto de los autores, como Luna *et al.* (2020), Sakunpong y Ritkumrop (2021) y Ryan *et al.* (2019) emplearon las escalas de Casullo y Castro (2000), Diener (2009) y Butler y Kern (2016), respectivamente. Las dimen-

siones que estudian en general estos instrumentos son muy similares entre sí: la autonomía, el dominio del entorno, las relaciones positivas, la autoaceptación, los propósitos y el logro. Tal similitud es explicable ya que muchos de los instrumentos utilizados para medir este constructo, están desarrollados bajo los planteamientos de las teorías del bienestar, la felicidad, el bienestar social, el bienestar psicológico y otras, que comparten muchos de los dominios, o bien que han sido adaptados de una versión original (Veliz, 2012). Tal es el caso de la escala de Casullo y Castro (2000) y de la escala PWBS-42, adaptada al idioma japonés, basadas ambas en la escala de Ryff (1989) (*cf.* Casullo, 2002). Este último instrumento se ha replicado en muchas partes del mundo y en diferentes áreas de la vida, del que se han desprendido el análisis del bienestar subjetivo de Diener (2000) y las indicaciones de Páez (2008) sobre el bienestar psicológico y social y la felicidad.

La evaluación de los instrumentos utilizados por los autores de los artículos analizados se hizo mediante escalas de tipo Likert, con valores de 3, 5 y 7, de forma impar, tal como sugieren Jackson (2009) y Rubin y Babbie (2011). Asimismo, Dawes (2008) y Willits, Theodori y Luloff (2016) recomiendan las escalas impares y de cinco o siete puntos para la evaluación como las más adecuadas. En la presente revisión se encontró que la escala de Perfilador PERMA para medir los cinco pi-

lares del bienestar de Seligman, elaborada por Butler y Kern (2016), así como la BIEPS-J de Casullo y Castro (2000) contienen solamente tres opciones de respuesta. Nadler, Weston y Voyles (2015) también sugieren como favorables al menos cuatro puntos para las respuestas. Matas (2018) sugiere utilizar escalas de cinco puntos y una opción neutra, siempre y cuando la escala esté adaptada correctamente al idioma y a las características de la población a la cual se aplique. Autores como Converse (1970) y Sudman y Bradburn (1989) hacen énfasis en la necesidad de mantener puntuaciones impares o con respuestas intermedias para no generar errores al momento de la validación de las escalas, siempre y cuando el lenguaje sea claro y fácil de interpretar.

Sobre la cantidad de ítems de las escalas de bienestar psicológico revisadas en este documento, se encontró que la que contiene el mayor número de ítems (65) es la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de Sánchez (2007, 2013), utilizada por Millán y D'Aubeterre (2011) y Arana *et al.* (2017). Luego le sigue la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989), con 39 ítems, aplicada por Medina *et al.* (2013), y esa misma escala adaptada por Sasaki *et al.* (2020), con 42 ítems, y por último los instrumentos de Diener *et al.* (2009), Casullo y Castro (2000) y Butler y Kern (2016), con 8, 13 y 15 ítems, respectivamente. Sin embargo, comenta Tristán (citado por Vargas y Hernández, 2010), que independientemente del número de ítems de los cuestionarios, sean muchos o pocos, si están bien formulados o si tienen cierta igualdad, la consistencia interna debería de ser buena.

Todos los artículos tuvieron como objetivo analizar las propiedades psicométricas de los instrumentos utilizados para medir el bienestar psicológico mostrando indicadores de confiabilidad y validez. En dos estudios se utilizó el análisis factorial exploratorio; en cinco, el análisis factorial confirmatorio; en uno, el análisis de componentes

principales; en la totalidad de los trabajos la validez convergente y el coeficiente alfa de Cronbach, y en uno la correlación test-retest.

Por lo anterior, se puede decir que todos los artículos estudiados abordan metodologías para la validación de escalas (*cf.* González, Meza y Castellón, 2019). Sin embargo, instrumentos como la versión japonesa de la Escala de Bienestar Psicológico de 42 ítems (PWBS-42) y el Perfilador PERMA no arrojaron buenos ajustes del modelo en el análisis factorial confirmatorio. Los demás estudios reportaron consistencias internas de regulares a buenas. Según Lloret, Ferreres, Hernández y Tomás (2014), saturaciones de ítems de 0.40 y 0.70 se consideran de moderadas a óptimas, respectivamente.

Asimismo, la confiabilidad obtenida en cada estudio, medida con el coeficiente alfa de Cronbach, osciló entre 0.70 y 0.93, considerándose muy buena (Ruiz, Fajardo y Velandia, 2006). El valor más bajo (0.70) se encontró en la PWBS-42, utilizada por Sasaki *et al.* (2020), y el más alto (0.93) en los estudios de Ryan *et al.* (2019) y Millán y D'Aubeterre (2011), quienes usaron el Perfilador PERMA de Butler y Kern (2016) para medir los cinco pilares de bienestar de Seligman, así como la escala de Bienestar Psicológico de Sánchez (2007), respectivamente. El resto de los estudios mostraron coeficientes alfa de Cronbach más elevados. Autores como Polit y Hungler (2000), Oviedo y Campo (2005), Hernández, Fernández y Baptista (2006) y González y Pazmino (2015) consideran que un alfa de Cronbach por arriba de 0.7 se considera aceptable.

Con lo antes señalado, es posible afirmar que los instrumentos para medir el bienestar psicológico en los artículos analizados se hallaron dentro de los valores estándar de confiabilidad, y poseedoras de las otras bondades señaladas, lo que las hace adecuadas para su utilización en el trabajo psicológico.

*Citación:* Ramírez E., S.I., Jurado G., P.J., Blanco V., H. y Barrón L., J.C. (2023). Medición del bienestar psicológico mediante la utilización de Cuestionarios de Autorreporte. Una revisión sistemática. *Psicología y Salud*, 33(1), 209-216. <https://doi.org/10.25009/pys.v33i1.2784>.

## REFERENCIAS

- Arana, C., Restrepo, J., García, J. y Zuluaga, E. (2017). Consistencia interna de la escala EBP en jóvenes residentes en Medellín (Antioquia). *Katharsis*, 24, 73-90.
- Butler, J. y Kern, M. (2016). The PERMA-Profilers: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1-48.
- Cansoy, R., Parlar, H. y Turkoglu, M.E. (2020). A predictor of teachers' psychological well-being: teacher self-efficacy. *International Online Journal of Educational Sciences*, 12(4), 41-55.
- Cassaretto, M. y Martínez, P. (2017). Validación de las escalas de bienestar, de florecimiento y afectividad. *Pensamiento Psicológico*, 15(1), 19-31.
- Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 43-72.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.
- Casullo, M.M. y Castro S., A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología*, 18(1), 35-68.
- Cobo, C., Pérez, M., Díaz, A. y García, D. (2020). Revisión sistemática sobre modelos multidimensionales del bienestar y su medición en estudiantes universitarios. *Formación Universitaria*, 13(2), 103-118.
- Converse, P.E. (1970). Attitudes and non-attitudes: continuation of a dialogue. En E. R. Tufte (Ed.): *The quantitative analysis of social problems* (pp. 168-189). Reading, MA: Addison-Wesley.
- Dawes, J. (2008). Do data characteristics change according to the number of scale points used? An experiment using 5-point, 7 point and 10-point scales. *International Journal of Market Research*, 50(1), 1-19.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Diener, E. y Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 926-935.
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. y Oishi, S. (2009). New measures of well-being. En E. Diener (Ed.): *Assessing Well-Being* (pp. 247-266). Champaign, IL: Springer, Dordrecht.
- Franco, C. (2016). Test psicológicos y entrevistas: usos y aplicaciones claves en el proceso de selección e integración de personas a las empresas. *Academia y Negocios*, 1(2), 79-90.
- García, D. y Hernández, J. (2020). Alternativa psicométrica para la Escala de Bienestar Psicológico de Casullo con base en una muestra de adolescentes de Maracaibo. *Revista Latinoamericana de Hipertension*, 15(5), 302-308.
- González, J. y Pazmino, M. (2015). Cálculo e interpretación del alfa de Cronbach para el caso de validación de la consistencia interna de un cuestionario, con dos posibles escalas tipo Likert. *Revista Publicando*, 2(1), 66-67.
- González, M., Meza, P. y Castellón, M. (2019). Medición de la autoeficacia para la escritura académica. Una revisión teórico-bibliográfica. *Formación Universitaria*, 12(6), 191-204.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Jackson, S. (2009). *Research methods and statistics: a critical thinking approach*. Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning.
- Lloret, S., Ferreres, A., Hernández, A. y Tomás, I. (2014). El análisis factorial exploratorio de los ítems: una guía práctica, revisada y actualizada. *Anales de Psicología*, 30(3), 1151-1169.
- Luna, D., Figuerola, R., Contreras, J., Sienna, J., Navarrete, E., Montoya, J., Castañeda, P. y Meneses, F. (2020). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) en una muestra mexicana. *Psicodebate*, 20(1), 43-55.
- Matas, A. (2018). Diseño del formato de escalas tipo Likert: un estado de la cuestión. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(1), 38-47.
- Medina, M., Gutiérrez, C. y Padrós, F. (2013). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en población mexicana. *Educación Desarrollo*, 27, 25-30.
- Millán, A. y D'Aubeterre, M. (2011). Validación del Cuestionario de Bienestar Psicológico en muestras multiocupacionales venezolanas. *CES Psicología*, 4(1), 52-71.
- Nadler, J., Weston, R. y Voyles, E. (2015). Stuck in the middle: the use and interpretation of mid-points in items on questionnaires. *The Journal of General Psychology*, 142(2), 71-89.
- Oviedo, H. y Campo, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(4), 572-580.

- Páez, D. (2008). *Cuaderno de prácticas de psicología social y salud: fichas técnicas sobre bienestar y valoración psico-social de la salud mental*. Manuscrito no publicado. San Sebastián (España): Universidad del País Vasco. Recuperado de <http://www.ehu.es/documents/1463215/1492921/Salud+2008+Ficha+Tecnica+I++Bienestar+y+Valoraci%C3%B3n+Psico-Social+de+la+Salud+Menta>.
- Pineda, C., Castro, J. y Chaparro, R. (2017). Estudio psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos. *Pensamiento Psicológico*, 16(1), 45-55.
- Polit, D. y Hungler, B. (2000). *Investigación científica en Ciencias de la Salud: principios y métodos*. México: McGraw-Hill Interamericana.
- Rubin, A. y Babbie, E. (2001). *Research methods for social work*. Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Ruiz, H., Fajardo, M. y Velandia, P. (2006) Validez y confiabilidad del instrumento Prácticas de cuidado que realizan consigo mismas y con el hijo por nacer las mujeres en la etapa prenatal. *Avances en Enfermería*, 24(1), 31-32.
- Ryan, J., Curtis, R., Olds, T., Edney, S., Vandelanotte, C., Plotnikoff, R. y Maher, C. (2019). Psychometric properties of the PERMA Profiler for measuring wellbeing in Australian adults. *PLoS ONE*, 14(12), 1-12.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or isn't it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Sakunpong, N. y Ritkumrop, K. (2021). Psychometric properties of the Thai version of the Psychological Well-Being Scale and the factors related to among Thai patients with major depressive disorder. *Depression Research and Treatment*, 11, 1-7.
- Sánchez-Cánovas, J. (2007). *Manual Escala de Bienestar Psicológico*. Madrid: TEA Ediciones.
- Sánchez C., J. (2013). *Manual de la Escala de Bienestar Psicológico*. Madrid: TEA Ediciones.
- Sasaki, N., Watanabe, K., Imamura, K., Nishi, N., Karasawa, M., Kan, C., Ryff, C. y Kawakami, N. (2020). Japanese version of the 42-item psychological well-being scale (PWBS-42): a validation study. *BMC Psychology*, 8(75), 1-11.
- Seligman, M. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. *American Psychologist*, 56(3), 218-226.
- Sudman, S. y Bradburn, N.M. (1989). Measuring attitudes: recording responses. En S. Sudman y N. Bradburn (Eds.): *Asking questions: a practical guide to questionnaire design* (pp. 117-151). San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.
- Vargas, C. y Hernández, M. (2010). Validez y confiabilidad del cuestionario de prácticas de cuidado que realizan consigo mismas las mujeres en el posparto. *Avances en Enfermería*, 28(1), 96-106.
- Veliz, A. (2012). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico y estructura factorial en universitarios chilenos. *Psicoperspectivas*, 11(2), 143-163.
- Villavicencio, E., Ruiz, E. y Cabrera, D. (2016). Validación de cuestionarios. *Revista OACTIVA UC Cuenca*, 1(3), 75-80.
- Willits, F., Theodori, G. y Luloff, A. (2006). Another look at Likert scales. *Journal of Rural Social Sciences*, 31(3), 126-139.