

Rasgo o Estado: Efectos de la Temporalidad de la Ansiedad sobre Medidas de Bienestar

Trait or State: Effects of the Temporality of Anxiety on Well-Being Measures

Daniela Ramírez-Carrasco, Carolang Escobar-Soler, Rodrigo Ferrer-Urbina, Alejandra Caqueo-Urizar y Lorena Gallardo-Peralta

Departamento de Psicología, Universidad de Tarapacá

La presente investigación correspondió a un estudio no experimental, de tipo analítico transversal, en la que se analizaron los efectos de las variables ansiedad rasgo-estado sobre afectividad positiva y satisfacción con la vida. Por medio de una muestra por conveniencia, participaron 742 estudiantes universitarios. Los instrumentos utilizados fueron la Escala Satisfacción con la Vida, el Inventario Ansiedad Rasgo-Estado y la dimensión de afectos positivos de la Escala de Afectividad Positiva y Negativa. Se llevaron a cabo modelos de ecuaciones estructurales con el objetivo de evaluar el efecto de las variables estudiadas sobre el bienestar. Los resultados mostraron que el modelo de ansiedad rasgo presenta relaciones inversas leves ($b < 0,10$; Cohen, 1988) con satisfacción con la vida y afectividad positiva, mientras que el modelo de ansiedad estado presenta relaciones moderadas ($b < 0,30$). Este último resulta mejor predictor de satisfacción con la vida y afectividad positiva. El modelo general depurado presenta niveles adecuados de ajuste a los datos (RMSEA = 0,037, CFI = 0,93, TLI = 0,93, SRMR = 0,049). Se concluye que la ansiedad como estado tiene un efecto más importante sobre las medidas de bienestar.

Palabras clave: bienestar, satisfacción con la vida, afectividad positiva, ansiedad rasgo, ansiedad estado

The present research corresponds to a non-experimental cross-sectional study that analyzed the effects of the trait-state anxiety variables on positive affectivity and satisfaction with life. Following a convenience sampling, participants were 742 university students. The instruments used were the Satisfaction With Life Scale (SWLS), the Trait-State Anxiety Inventory (STAI) and the positive affects dimension of the Positive Affect and Negative Affect Scale (PANAS). Structural Equation Models were conducted to assess the effect of the studied variables on wellbeing. Results showed that the trait-anxiety model presents slight inverse relations ($b < 0.10$; Cohen, 1988) with life satisfaction and positive affectivity, while the state-anxiety model presents moderate relations ($b < 0.30$). This last one is a better predictor of life satisfaction and positive affectivity. The overall model presents an adequate fit to data (RMSEA = 0.037, CFI = 0.93, TLI = 0.93, SRMR = 0.049). It is concluded that state anxiety has a stronger effect on wellbeing indicators.

Keywords: well-being, satisfaction with life, positive affectivity, trait anxiety, state anxiety

Tradicionalmente, la psicología ha centrado su interés en el estudio de la enfermedad, los trastornos mentales y el alivio de los estados negativos relacionados con el malestar (Padrós Blázquez et al., 2015). Sin embargo, en las últimas décadas ha cobrado relevancia el estudio del bienestar, acorde con la definición de salud de la World Health Organization (1946), la cual reconoce que la salud es un estado de bienestar multidimensional, incluyendo aspectos físicos, mentales y sociales.

Si bien en la literatura existen múltiples conceptualizaciones de bienestar, una de las más frecuentes es el bienestar subjetivo (Diener, 1984), el cual surge desde la tradición hedónica del bienestar (Diener & Lucas, 1999) y se refiere a la síntesis de lo que las personas sienten, evalúan e interpretan respecto de lo que les

Daniela Ramírez-Carrasco  <https://orcid.org/0000-0002-8159-7165>

Rodrigo Ferrer-Urbina  <https://orcid.org/0000-0001-5407-3158>

Alejandra Caqueo-Urizar  <https://orcid.org/0000-0002-4614-8380>

Lorena Gallardo-Peralta  <https://orcid.org/0000-0003-3297-2704>

La presente investigación fue realizada con el apoyo parcial de la Universidad de Tarapacá, mediante el Programa de Apoyo a la Investigación de Tesis de Programas de Postgrado Académicos N° 0.184/2019.

La correspondencia relativa a este artículo debe ser dirigida a Daniela Ramírez-Carrasco, Departamento de Psicología, Universidad de Tarapacá, Avda. Dieciocho de Septiembre 2222, Arica, Región de Arica y Parinacota, Chile. Email: dramirez@academicos.uta.cl

pasa en sus vidas (Atienza et al., 2000; Diener, 1984), conjugando aspectos como satisfacción de objetivos, estados mentales y fundamentos biológicos de la personalidad (Cuadra & Florenzano, 2003; Diener et al., 2018). El bienestar subjetivo suele ser evaluado a partir de dos aspectos interrelacionados: la satisfacción con la vida o satisfacción vital, la cual enfatiza la valoración cognitiva del bienestar subjetivo (Veenhoven, 1994), y las emociones positivas (Navascués et al., 2016), las cuales recogen la experiencia afectiva del constructo (Díaz, 2001).

La satisfacción con la vida constituye el elemento cognitivo del bienestar subjetivo y se refiere a la valoración positiva y global que las personas tienen respecto de su propia vida (Veenhoven, 1994). La satisfacción con la vida correspondería a un juicio relativamente estable, que, si bien ha evidenciado ser afectado levemente por las contingencias de la vida (Pavot et al., 1991), ha demostrado ser constante en el tiempo (Pavot & Diener, 1993; Victoria García-Viniegras & González Benítez, 2000), por lo que se ha señalado que correspondería más a un rasgo estable de las personas que a un estado transitorio (Pavot & Diener, 1993).

Las emociones positivas se refieren al componente afectivo del bienestar subjetivo (Navascués et al., 2016), teniendo una mayor variabilidad asociada con las contingencias de la vida (Pavot et al., 1991) y presentando variaciones temporales importantes (Diener et al., 1999), incluso en periodos temporales breves (Diener, 1994), por lo que se ha señalado que correspondería más a un estado transitorio que a un rasgo estable (Stock et al., 1986).

En las últimas décadas se ha evidenciado un aumento sostenido de investigaciones sobre el bienestar, a fin de identificar tanto sus relaciones con otros factores como aquellos que explican las diferencias existentes en los niveles de bienestar (e.g., Alfaro et al., 2016; Csikszentmihalyi, 1998; Diener, 1984, 2000; Diener & Chan, 2011; Diener et al., 2018; Ramiro Olivier et al., 2016; Seligman, 2011; Steptoe et al., 2015; Torres Palma & Flores Galaz, 2018; Triadó Tur et al., 2003; Veenhoven, 1994). Entre los factores que afectan sobre el bienestar subjetivo se han estudiado factores protectores, como autoestima, motivación, resistencia, autoeficacia y optimismo (e.g., Cummins et al., 2002; Zautra & Reich, 1980), y factores de riesgo, como estrés, ansiedad, depresión y experiencias de violencia temprana (e.g., Robles Ojeda et al., 2011).

Sin embargo, los diversos factores asociados con las medidas de bienestar poseen diferentes niveles de estabilidad temporal, observándose que algunos pueden catalogarse como estados (e.g., estrés, ansiedad estado, emociones) y otras como rasgos (e.g., optimismo, neuroticismo, extraversión). Sin embargo, en múltiples estudios (e.g., Csikszentmihalyi, 1998; Diener, 2000; Diener & Chan, 2011; Ramiro Olivier et al., 2016; Seligman, 2011; Steptoe et al., 2015; Torres Palma & Flores Galaz, 2018; Triadó Tur et al., 2003) estas variables se incorporan a modelos explicativos de bienestar que no consideran la temporalidad de las medidas, lo que resulta en potenciales fuentes de distorsión de los modelos, dado que: (a) existe evidencia en otros ámbitos (e.g., rasgos de personalidad, niveles de depresión, autoestima, afecto) que señala que la contingencia o proximidad temporal de las medidas puede influir en la fuerza de la relación de las variables (e.g., Anusic & Schimmack 2016; Clark et al., 2003) y (b) las medidas de bienestar subjetivo presentarían diferentes niveles de estabilidad temporal (Atkinson, 1982; Castro Solano & Sánchez López, 2000; Chamberlain & Zika 1992; Cloninger, 2004; Diener, 1994; Diener et al., 1999; Feist et al., 1995; Headey & Wearing, 1989; Pavot et al., 1991; Stock et al., 1986; Urquijo et al., 2015), por lo que resultaría esperable que la estabilidad de las variables independientes utilizadas en los modelos generen funcionamientos diferenciales, atribuibles, en parte, a la estabilidad temporal de las medidas.

En este escenario, y con el objetivo de valorar la variabilidad que incorpora la proximidad temporal de los factores independientes sobre los criterios de bienestar subjetivo, resulta de particular interés el uso de la variable ansiedad, ya que, además de ser una variable ampliamente utilizada en modelos de bienestar (e.g., Kinderman et al., 2015; Schotanus-Dijkstra et al., 2017; Sheridan et al., 2015; Spielberger, 1972), posee la particularidad de presentar una definición como estado y rasgo (spie, 1980; Spielberger & Díaz Guerrero, 1975; Spielberger et al., 1970) y contar con un instrumento de medida espejo (i.e., Inventario Ansiedad Rasgo-Estado), cuya única diferencia entre estado y rasgo es el periodo de tiempo en que se basa la respuesta de los ítems, es decir, mismos ítems basados en la última semana (estado) y los últimos 6 meses (rasgo).

Por tanto, el objetivo del presente trabajo fue evaluar las relaciones de la temporalidad de las variables independientes, a partir del modelo ansiedad rasgo-estado, sobre indicadores comunes de bienestar subjetivo (i.e., satisfacción con la vida y emociones positivas), para explorar posibles distorsiones que pueden estar incorporándose en los modelos explicativos/predictivos de bienestar subjetivo, maximizando las relaciones con variables contingentes y minimizando las relaciones con variables más estables.

Método

Diseño

La presente investigación correspondió a un estudio no experimental, ex post facto, retrospectivo, transversal de grupo único, con alcance correlacional.

Participantes

El muestreo fue de tipo no probabilístico, por disponibilidad. La muestra final quedó conformada por un total de 742 estudiantes universitarios, correspondientes a dos Universidades Chilenas, de los cuales el 54% fue encuestado en la ciudad de Arica y el 46%, en Antofagasta, Chile. El 38,41% ($n = 285$) pertenece a carreras del área de la salud (e.g., Nutrición y Dietética, Kinesiología, Enfermería, Odontología Obstetricia y Puericultura y Técnico en Enfermería Nivel Superior), el 37,74% ($n = 280$), a carreras de ciencias sociales (e.g., Psicología, Trabajo Social y Derecho y Técnico Jurídico) y el 23,85% ($n = 177$), a otras carreras (e.g., Educación Parvularia, Educación Diferencial, Administración de Empresas, Ingeniería, Periodismo, entre otras). El 22,5% fueron hombres ($n = 167$) y el 77,49%, mujeres ($n = 575$), con una edad media de 21,96 años ($DE = 4,62$).

Instrumentos

Escala Satisfacción con la Vida (SWLS; Diener et al., 1985)

Es una escala unidimensional con alternativas de respuesta tipo Likert de 7 puntos, desde 1 (*no, en absoluto*) a 7 (*sí, totalmente*) y cinco ítems, orientados a evaluar el juicio global que hacen las personas sobre la satisfacción con su vida (e.g., "Estoy satisfecho con mi vida"). Su adaptación al español (Atienza et al., 2000) confirma un buen ajuste del modelo ($X^2 = 14,12$, $ECVI = 0,05$, $RMR = 0,02$, $GFI = 0,98$, $NFI = 0,99$, $NNFI = 0,99$). Esta versión ha sido adaptada para su uso en estudiantes universitarios chilenos, evidenciando adecuados niveles de consistencia interna (α de Cronbach = 0,87) y proporcionando evidencias de validez de constructo, basada en su estructura interna ($GFI = 0,98$, $AGFI = 0,95$, $RMR = 0,03$, $CFI = 0,98$, $NFI = 0,98$) (Cárdenas Castro et al., 2012).

Inventario Ansiedad Rasgo-Estado (STAI-R; Spielberger et al., 1970)

Es una escala bidimensional que evalúa el grado en que la persona ha experimentado síntomas de ansiedad en los últimos días y meses (estado y rasgo), con alternativas de respuesta tipo Likert de 4 puntos, desde 0 (*nada*) a 3 (*mucho*), orientados a medir dos conceptos independientes de la ansiedad: ansiedad estado, como una condición emocional transitoria del organismo, caracterizada por sentimientos subjetivos de tensión y aprensión. Ansiedad rasgo, definida como una propensión ansiosa estable que hace percibir a las personas y las situaciones como amenazadoras, elevando así la ansiedad (Spielberger et al., 1970). El instrumento contempla 40 reactivos divididos en 20 ítems con los mismos enunciados para cada una de las dimensiones (e.g., "Me siento angustiado"), con la diferencia que para la dimensión ansiedad estado se responde en base a la última semana y en el caso de ansiedad rasgo, se encuentra enfocado en los últimos 6 meses. En este artículo se utilizó una versión depurada que consta de 36 ítems, cuyos indicadores de ajuste se reportan más abajo.

La adaptación española de esta escala evidencia valores de consistencia interna entre 0,82 y 0,92 (Bermúdez, 1978a, 1978b citado en Vera-Villarroel et al., 2007). Adicionalmente, esta versión ha sido adaptada para el uso de adolescentes y adultos chilenos, evidenciando una estimación de consistencia interna (α de Cronbach) de 0,92 para la dimensión estado y 0,87 para la dimensión rasgo (Vera-Villarroel et al., 2007).

Escala de Afectividad Positiva y Negativa (PANAS; Watson et al., 1988)

Es una escala bidimensional con alternativas de respuesta tipo Likert de 5 puntos, desde 1 (*levemente o nada*) a 5 (*extremadamente*), y 20 ítems (10 ítems por cada dimensión) que describen adjetivos asociados a sentimientos y emociones habituales, orientados a medir dos dimensiones: afecto positivo (AP) e.g., entusiasmado/a y afecto negativo (AN) e.g., molesto/a.

Su adaptación al español (Sandin et al., 1999) reporta adecuadas evidencias de validez para cada dimensión (AP $\alpha = 0,87$ y AN $\alpha = 0,91$). La versión adaptada en estudiantes universitarios chilenos reportó evidencias de validez, y estimaciones de consistencia interna (α de Cronbach) entre 0,64 y 0,76 (Dufey & Fernández, 2012).

En esta investigación, sólo se utilizó la escala de afectos positivos.

Procedimiento

Este estudio y los instrumentos de recolección de datos fueron evaluados y aprobados por el Comité de Ética de la Universidad Católica del Norte, a través de la Resolución 040/2016, siguiendo los lineamientos éticos de Helsinki según la Asociación Médica Mundial para las investigaciones con seres humanos.

Se elaboraron cartas dirigidas a las y los jefes de las distintas carreras participantes en el estudio, acompañadas de consentimientos informados y resúmenes del proyecto de investigación. Luego de recibir las respectivas autorizaciones, se procedió a coordinar con los docentes la hora y el lugar para la administración colectiva de los instrumentos.

Luego de informar a los estudiantes sobre el estudio, fueron invitados/as a participar, firmando un consentimiento informado que aseguraba no solo su participación voluntaria, sino también la confidencialidad de los datos.

La aplicación de los instrumentos fue en el siguiente orden: datos sociodemográficos, Escala Satisfacción con la Vida, Escala de Afectividad Positiva y Negativa, Inventario Ansiedad Rasgo-Estado. Esta batería de instrumentos fue administrada en la sala de clases y en los horarios previamente acordados, demoró entre 20 a 30 minutos y estuvo a cargo de los/as investigadores/as de este estudio durante los meses de septiembre y octubre del año 2018.

Análisis Estadístico

Primeramente, se obtuvieron los estadísticos descriptivos (media, desviación estándar, mínimo, máximo), luego se probaron y depuraron los modelos de medida. Para ello se estimó la consistencia interna, mediante los coeficientes omega de McDonald y alfa de Cronbach. También se realizaron análisis factoriales confirmatorios, a partir de la matriz de correlaciones policóricas, que son variables latentes que subyacen a las observadas, siguiendo recomendaciones sobre el tratamiento factorial de variables ordinales (Garrido et al., 2011). Se utilizó el método de estimación *robust weighted least squares* (WLSMV), el cual es robusto con variables discretas no normales (Asparouhov & Muthén, 2009).

Se evaluaron los modelos de medida de las variables en estudio para realizar ajustes necesarios a los ítems que conformaban cada una de estas variables latentes. Estas modificaciones consistían en covariar ítems que eventualmente tuvieran algún tipo de correlación, y eliminar aquellos que no tenían una saturación positiva. No se covarió ítems con el factor latente, ni tampoco ítems de dimensiones diferentes. Posteriormente al ajuste de este modelo se procedió a evaluar el modelo estructural que considera el efecto de la temporalidad de la ansiedad sobre medidas de bienestar.

Los indicadores de ajuste global usados fueron el error medio cuadrático de aproximación, RMSEA por su nombre en inglés, el cual es considerado adecuado cuando se ubica por debajo de 0,06 y el índice de ajuste comparativo (CFI), el que se considera adecuado cuando se ubica por sobre 0,90.

Finalmente, utilizando el mismo método de estimación (WLSMV) y las matrices de correlaciones policóricas, se estimaron los tamaños del efecto y el ajuste global de los modelos de ecuaciones estructurales.

Todos los análisis con variables latentes se efectuaron con la versión 8.2 del programa MPLUS, mientras que los análisis de consistencia interna se hicieron con la versión 1.6 del programa Jamovi (The Jamovi Project, 2021).

Resultados

En primer lugar, se evaluaron los modelos de medida de cada una de las variables del estudio. En la Tabla 1 se reportan los indicadores de ajuste iniciales de cada modelo de medida. En ellos se pudo identificar algunos indicadores por debajo de lo esperable, por lo que se procedió a realizar las modificaciones para los ajustes indicados en la metodología del estudio.

En el caso de la ansiedad rasgo-estado, al momento de analizar los datos, las dimensiones ansiedad rasgo y ansiedad estado covariaban (0,65), dado que los ítems poseen una misma redacción, pero cambia el tiempo de referencia, por lo que se tomó la decisión de covariar los errores y eliminar algunos ítems por presentar redundancias semánticas y estadísticas severas.

Tabla 1
Indicadores de Ajuste Global de los Modelos de Medida

Modelo de medida	χ^2	<i>gl</i>	<i>p</i>	CFI	TLI	RMSEA	90% IC RMSEA	SRMR
Satisfacción con la vida (ítems = 5)	5,850	2	0,0537	0,999	0,995	0,051	0,068, 0,124	0,012
Ansiedad rasgo-estado (ítems = 22)	855,326	197	< 0,001	0,948	0,939	0,068	0,063, 0,072	0,059
Afectividad positiva (ítems = 10)	194,216	27	< 0,001	0,976	0,969	0,078	0,068, 0,089	0,030

Finalmente, se presentan las estimaciones de consistencia interna de cada instrumento y dimensión, a partir de los modelos depurados (ver Tabla 2). Se observa que la mayoría de las dimensiones estudiadas reporta estimaciones que presentan niveles adecuados de consistencia interna ($\omega > 0,80$) o, al menos, suficientes ($\omega > 0,70$).

Tabla 2
Coefficientes Alfa de Cronbach y Omega de Mc Donald de las Dimensiones

	Satisfacción con la vida (ítems = 5)	Ansiedad rasgo (ítems = 11)	Ansiedad estado (ítems = 11)	Afectividad positiva (ítems = 10)
Alfa de Cronbach	0,716	0,821	0,714	0,861
Omega de Mc Donald	0,762	0,823	0,772	0,869

En la Tabla 3 se describen los estadísticos descriptivos de las variables evaluadas.

Tabla 3
Estadísticos Descriptivos de las Variables Evaluadas

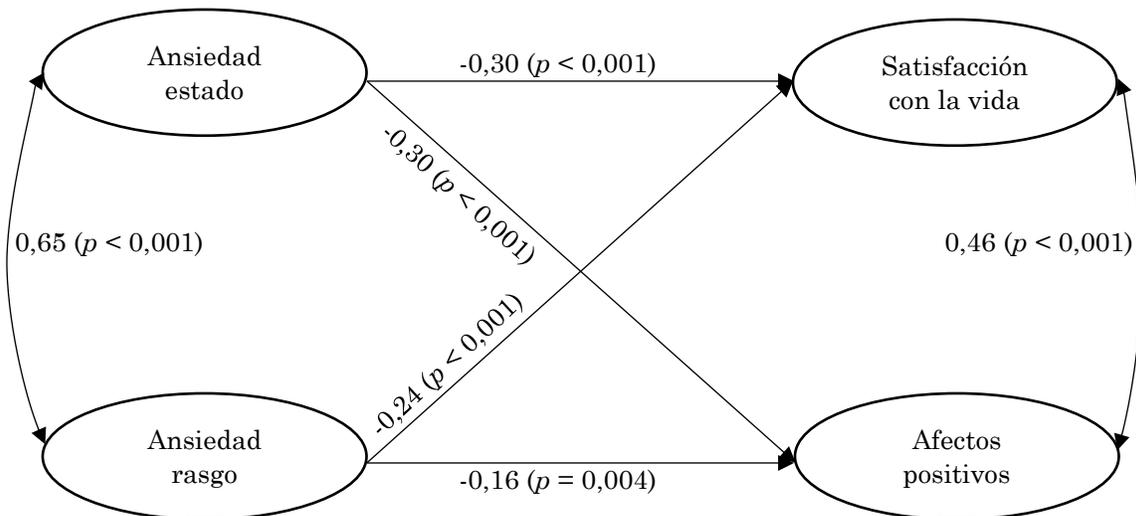
Estadístico	Satisfacción con la vida	Ansiedad estado	Ansiedad rasgo	Afectividad positiva
Media	25,20	34,94	35,16	32,20
Desviación estándar	5,37	7,52	7,43	8,22
Mínimo	5,00	18,00	18,00	11,00
Máximo	35,00	54,00	60,00	50,00

A partir de los modelos de medida depurados, se probó un modelo general (Figura 1) que explica la relación entre las variables ansiedad rasgo y ansiedad estado, satisfacción con la vida y afectividad positiva.

El modelo evidencia ser una buena representación de las relaciones observadas (RMSEA = 0,037, CFI = 0,93, TLI = 0,93, SRMR = 0,049). En este sentido, se puede argumentar que se encontró un apropiado ajuste global.

Se obtuvieron efectos significativos en todas las asociaciones, siendo los efectos de la ansiedad tanto rasgo como estado sobre las variables dependientes negativos. Se encontraron en rangos moderados (0,30; Cohen, 1988) excepto el de ansiedad rasgo sobre afectos positivos y satisfacción con la vida (0,10; Cohen 1988). De aquí se desprende que el efecto de la ansiedad como estado está relacionada en mayor medida con los afectos positivos y la satisfacción con la vida.

Figura 1
Modelo General con Coeficientes Estandarizados



Discusión

Tal como se esperaba en la formulación del problema, la temporalidad en la que se sitúan los sujetos al responder un cuestionario genera impactos diferenciales en la fuerza asociativa de las variables independientes con las medidas de bienestar, tal como se ha encontrado en el estudio de otros fenómenos como autoestima (Anusic & Schimmack 2016) y depresión (Clark et al., 2003), observándose que las medidas basadas en estados (i.e., medidas de mayor contingencia) presentan mayores tamaños del efecto que las medidas de más largo plazo (i.e., rasgos), lo que lleva a suponer que la temporalidad de las medidas producen algún tipo de efecto de método en los modelos predictivos/explicativos. Estos indicios apuntan a que, cuando se incorporan variables estado y rasgo en un mismo modelo, las relaciones de las variables rasgo pueden tender a ser subestimadas, mientras que las de las variables estado pueden tender a ser sobreestimadas, lo que se traduciría en modelos sesgados.

Estos resultados iniciales alertan sobre el posible riesgo de no considerar distinciones en los diferentes niveles de contingencia entre variables dependientes e independientes consideradas en los modelos teóricos, y sus contrastes empíricos, que dominan la literatura de la psicología positiva, lo que lleva a destacar la necesidad de incorporar esta reflexión metodológica en los estudios correlacionales comunes en el área.

Otro aspecto por destacar es que, pese a que se supone que la satisfacción con la vida es una medida más estable que la afectividad positiva (e.g., Castro Solano & Sánchez López, 2000; Cloninger, 2004; Feist et al., 1995; Ryff & Keyes, 1995), los efectos de la ansiedad rasgo y la ansiedad estado son equivalentes tanto en la afectividad positiva como en la satisfacción con la vida, evidenciando que ambas medidas de bienestar se afectan de modo similar por la contingencia de las variables independientes.

Los resultados de este estudio evidencian que los modelos propuestos resultan ser una buena representación de las relaciones observadas, mostrando las variables ansiedad rasgo y ansiedad estado relaciones inversas con satisfacción con la vida. Adicionalmente, la variable ansiedad estado resulta ser mejor predictor de la afectividad positiva, debido a que ambas variables son contingentes. A su vez, la ansiedad estado resulta ser mejor predictor de satisfacción con la vida, evidencia que respalda lo señalado en la literatura, pues diversos investigadores plantean que el bienestar se ve fuertemente influido por las contingencias de la vida (Atkinson, 1982; Chamberlain & Zika 1992; Headey & Wearing, 1989).

El uso de la escala que mide ansiedad rasgo-estado abre la interrogante de que, si se utilizan otros instrumentos y se considera la estabilidad de las medidas, se llegaría a los mismos hallazgos de este estudio, quedando como tarea pendiente abordar esta problemática en futuras investigaciones, a fin de esclarecer o respaldar los resultados de esta investigación.

A su vez, se sugiere que en estudios posteriores se incorporen muestras equilibradas por sexo, ya que una de las limitaciones de esta investigación fue la asimetría por sexo, por tratarse de una muestra por conveniencia, siendo la mayoría de los participantes mujeres, por lo cual se recomienda que futuras investigaciones consideren esclarecer si el modelo propuesto presenta posibles efectos diferenciales por sexo, dado que existen discrepancias en los resultados obtenidos en el área (e.g., Fernández Baños, 2020; Rabito-Alcón & Rodríguez-Molina, 2016).

Por último, los hallazgos encontrados pueden ser un referente clave que permita orientar el desarrollo de modelos predictivos/explicativos, en los que la temporalidad de las medidas puede producir variaciones en el tamaño del efecto.

Referencias

- Alfaro, J., Guzmán, J., Reyes, F., García, C., Varela, J. & Sirlopú, D. (2016). Satisfacción global con la vida y satisfacción escolar en estudiantes chilenos. *Psykhé*, 25(2), Artículo 2. <https://doi.org/10.7764/psykhe.25.2.842>
- Anusic, I. & Schimmack, U. (2016). Stability and change of personality traits, self-esteem, and well-being: Introducing the meta-analytic stability and change model of retest correlations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110(5), 766-781. <https://doi.org/10.1037/pspp0000066>
- Asparouhov, T. & Muthén, B. (2009). Exploratory structural equation modeling. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 16(3), 397-438. <https://doi.org/10.1080/10705510903008204>
- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I. & García-Merita, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 314-319. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/7597>
- Atkinson, T. (1982). The stability and validity of quality of life measures. *Social Indicators Research*, 10(2), 113-132. <https://doi.org/10.1007/BF00302506>
- Cárdenas Castro, M., Barrientos Delgado, J., Bilbao Ramírez, Á., Páez Rovira, D., Gómez Ojeda, F. & Asún Salazar, D. (2012). Estructura factorial de la Escala de Satisfacción con la Vida en una muestra de estudiantes universitarios chilenos. *Revista Mexicana de Psicología*, 29(2), 157-164. <https://www.redalyc.org/pdf/2430/243030190006.pdf>
- Castro Solano, A. & Sánchez López, M. P. (2000). Objetivos de la vida y satisfacción autopercebida en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 12(1), 87-92. <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=257>
- Chamberlain, K. & Zika, S. (1992). Stability and change in subjective well-being over short time periods. *Social Indicators Research*, 26(2), 101-117. <https://doi.org/10.1007/BF00304394>
- Clark, L. A., Vittengl, J., Kraft, D. & Jarrett, R. B. (2003). Separate personality traits from states to predict depression. *Journal of Personality Disorders*, 17(2), 152-172. <https://doi.org/10.1521/pepi.17.2.152.23990>
- Cloninger, C. R. (2004). *Feeling good: The science of well-being*. Oxford University Press.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences: Second edition*. Academic Press.
- Csikszentmihalyi, M. (1998). *Creatividad: el flujo y la psicología del descubrimiento y la invención*. Paidós Ibérica.
- Cuadra, H. & Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83-96. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2003.17380>
- Cummins, R. A., Gullone, E. & Lau, A. L. D. (2002). A model of subjective well-being homeostasis: The role of personality. In E. Gullone & R. A. Cummins (Eds.), *The universality of subjective wellbeing indicators* (Social Indicators Research Book Series, Volume 16, pp. 7-46). Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-010-0271-4_3
- Díaz, J. F. (2001). *Diferencias intergrupales en el sistema de metas personales, satisfacción y rendimiento en adolescentes* [Tesis de doctorado, Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio Institucional de la Universidad Complutense de Madrid. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/67489/>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103-157. <https://doi.org/10.1007/BF01207052>
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E. & Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1-43. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x>
- Diener, E. & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). Russell Sage Foundation.
- Diener, E., Lucas, R. E. & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology*, 4(1), Artículo 15. <https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Dufey, M. & Fernández, A. M. (2012). Validez y confiabilidad del Positive Affect and Negative Affect Schedule (PANAS) en estudiantes universitarios chilenos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 2(34), 157-173. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459645438008>
- Feist, G. J., Bodner, T. E., Jacobs, J. F., Miles, M. & Tan, V. (1995). Integrating top-down and bottom-up structural models of subjective well-being: A longitudinal investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(1), 138-150. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.1.138>
- Fernández Baños, R. (2020). Intención de práctica, satisfacción con la educación física y con la vida en función del género en estudiantes mexicanos y españoles. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 37, 412-418. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.73019>
- Garrido, L. E., Abad, F. J. & Ponsoda, V. (2011). Performance of Velicer's minimum average partial factor retention method with categorical variables. *Educational and Psychological Measurement*, 71(3), 551-570. <https://doi.org/10.1177/0013164410389489>

- Headey, B. & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(4), 731-739. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.4.731>
- Kinderman, P., Tai, S., Pontin, E., Schwannauer, M., Jarman, I. & Lisboa, P. (2015). Causal and mediating factors for anxiety, depression and well-being. *The British Journal of Psychiatry*, 206(6), 456-460. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.114.147553>
- Navascués, A., Calvo-Medel, D. & Bombin-Martín, A. (2016). Efectos del bienestar subjetivo y psicológico en los resultados terapéuticos de un hospital de día. *Acción Psicológica*, 13(2), 143-156. <https://doi.org/10.5944/ap.13.2.15818>
- Padrós Blázquez, F., Gutiérrez Hernández, C. Y. & Medina Calvillo, M. A. (2015). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) de Diener en población de Michoacán (México). *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(2), 223-232. <https://doi.org/10.12804/apl33.02.2015.04>
- Pavot, W. & Diener, E. (1993). The affective and cognitive context of self-reported measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 28(1), 1-20. <https://doi.org/10.1007/BF01086714>
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R. & Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 149-161. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5701_17
- Rabito-Alcón, M. F. & Rodríguez-Molina, J. M. (2016). Satisfacción con la vida y bienestar psicológico en personas con disforia de género. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 44(2), 47-54. <https://psycnet.apa.org/record/2016-30013-001>
- Ramiro Olivier, P., Navarro Guzmán, J. I., Menacho Jiménez, I., López Sinoga, M. M. & García Sedeño, M. A. (2016). Bienestar psicológico en personas con alta capacidad intelectual. *European Journal of Education and Psychology*, 9(2), 72-78. <https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2015.12.001>
- Robles Ojeda, F. J., Sánchez Velasco, A. & Galicia Moyeda, I. X. (2011). Relación del bienestar psicológico, depresión y rendimiento académico en estudiantes de secundaria. *Psicología Iberoamericana*, 19(2), 27-37. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133921440004>
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Sandín, B., Chorot, P., Lostao, L., Joiner, T. E., Santed, M. A. & Valiente, R. M. (1999). Escalas PANAS de afecto positivo y negativo: validación factorial y convergencia transcultural. *Psicothema*, 11(1), 37-51. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/7556>
- Schotanus-Dijkstra, M., Drossaert, C. H. C., Pieterse, M. E., Boon, B., Walburg, J. A. & Bohlmeijer, E. T. (2017). An early intervention to promote well-being and flourishing and reduce anxiety and depression: A randomized controlled trial. *Internet Interventions*, 9, 15-24. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2017.04.002>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
- Sheridan, Z., Boman, P., Mergler, A. & Furlong, M. J. (2015). Examining well-being, anxiety, and self-deception in university students. *Cogent Psychology*, 2, Article 993850. <https://doi.org/10.1080/23311908.2014.993850>
- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an emotional state. In C.D. Spielberger (Ed.), *Anxiety behavior* (pp. 23-49). Academic Press.
- Spielberger, C. D. (1980). *Test Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press.
- Spielberger, C. D. & Díaz-Guerrero, R. I. (1975). *IDARE. Inventario de Ansiedad: Rasgo-Estado—Manual e Instructivo*. Manual Moderno.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L. & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologist Press.
- Stephoe, A., Deaton, A. & Stone, A. A. (2015). Subjective wellbeing, health, and ageing. *The Lancet*, 385(9968), 640-648. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)61489-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)61489-0)
- Stock, W. A., Okun, M. A. & Benin, M. (1986). Structure of subjective well-being among the elderly. *Psychology and Aging*, 1(2), 91-102. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.1.2.91>
- Torres Palma, W. I. & Flores Galaz, M. M. (2018). Factores predictores de bienestar subjetivo en adultos mayores. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*, 36(1), 9-48. <https://doi.org/10.18800/psico.201801.001>
- Triadó Tur, M. C., Villar Posada, F., Solé Resano, C. & Osuna Olivares, M. J. (2003). *Envejecer en entornos rurales*. Gobierno de España, Secretaría General de Asuntos Sociales, Instituto de Mayores y Servicios Sociales. <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/imsero-estudiosidi-19.pdf>
- The Jamovi Project (2021). *Jamovi* (Versión 1.6) [Software computacional]. <https://www.jamovi.org>
- Urquijo, S., Andrés, M. L., del Valle, M. & Rodríguez-Carvajal, R. (2015). Efecto moderador del sexo en la relación a la personalidad y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *LIBERABIT. Revista Peruana de Psicología*, 21(2), 329-340. <http://ojs3.revistaliberabit.com/index.php/Liberabit/article/view/278>
- Veenhoven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, 3(9), 87-116. <http://hdl.handle.net/1765/16195>
- Vera-Villarroel, P., Celis-Atenas, K., Córdova-Rubio, N., Buela-Casal, G. & Spielberger, C. D. (2007). Preliminary analysis and normative data of the State-Trait Anxiety Inventory (STAI) in adolescent and adults of Santiago, Chile. *Terapia Psicológica*, 25(2), 155-162. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082007000200006>
- Victoria García-Viniegras, C. R. & González Benítez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010
- Watson, D., Clark, L. A. & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>
- World Health Organization. (1946). *Constitution of the World Health Organization*. <https://www.who.int/about/governance/constitution>
- Zautra, A. & Reich, J. (1980). Positive life events and reports of well-being: Some useful distinctions. *American Journal of Community Psychology*, 8(6), 657-670. <https://doi.org/10.1007/BF00918278>

Fecha de recepción: Octubre de 2019.

Fecha de aceptación: Diciembre de 2020.