

VALIDACIÓN DEL FUNCIONAMIENTO PSICOLÓGICO POSITIVO EN UNA POBLACIÓN CUBANA. UNA NUEVA VISIÓN DEL BIENESTAR INTEGRAL

Annia Esther Vives Iglesias

Seminario Teológico Adventista de Cuba, Cuba

Carlos Marcelo Moroni

Raúl Rodríguez Antonio

Universidad de Morelia, México

Resumen

Se han elaborado muchos instrumentos para determinar los niveles de felicidad y dentro de ellos la escala de Funcionamiento Psicológico Positivo (FPP) la cual engloba varios aspectos relacionados con el bienestar. El propósito del artículo es validar la escala de FPP en una población cubana. Para tal fin contamos con una muestra de 145 estudiantes de licenciatura en teología del Seminario Teológico Adventista de Cuba, a los que se les aplicó dicha escala. Los resultados obtenidos muestran una validez y fiabilidad adecuada de la escala en la muestra seleccionada. Arrojó una estructura de 11 factores con valores alfa de Cronbach mayores de .75 y de .94 para el factor general de segundo orden FPP. **Conclusiones:** Hasta el momento no hemos identificado una escala que mida funcionamiento positivo en Cuba. Los resultados encontrados permiten recomendar la utilización de esta en la población cubana.

Palabras clave: Funcionamiento psicológico positivo, validación, bienestar subjetivo.

Abstract

*Many instruments have been developed to determine the levels of happiness and within them the Positive Psychological Functioning scale (FPP) which encompasses various aspects related to well-being. The purpose of the article is to validate the FPP scale in a Cuban population. For this purpose, we have a sample of 145 undergraduate students in theology from the Adventist Theological Seminary of Cuba, to whom this scale was applied. **Results:** The results obtained show an adequate validity and reliability of the scale in the selected sample. It yielded a structure of 11 factors with Cronbach's alpha values greater than .75 and .94 for the general second-order factor FPP. So far, we have not identified a scale that measures positive functioning in Cuba. The results found allow recommending its use in the Cuban population.*

Keywords: Positive psychological functioning, validation, subjective well-being.

Introducción

El estudio de la felicidad y el bienestar ha tomado una importancia vital en las últimas décadas. La psicología, como principal ciencia dedicada a investigar el comportamiento humano, se encuentra a la vanguardia en estos estudios. Su cambio de paradigma (Park *et al.*, 2013), de tratar enfermos a promover las potencialidades que permiten a la persona incrementar sus

niveles de felicidad (Salanova, M. y López-Zafra, E., 2011) ha marcado el ritmo de muchas investigaciones novedosas. Dentro de ella, la psicología positiva asume estos retos, estudiando la capacidad de “floreCIMIENTO” que tiene el ser humano (Hervas, 2016). Como ciencia promotora del bienestar se gestó a finales de los 90, consolidándose por último con el trabajo investigativo de diferentes grupos de psicólogos y terapeutas. Los cuales se dedicaron a promover los beneficios, tanto para la salud física como mental del, bienestar subjetivo, basados en evidencias científicas (Seligman, 2019).

La felicidad es una emoción difícil de medir y es uno de los temas de interés en las investigaciones actuales (Park *et al.*, 2013). Uno de los propósitos de la psicología positiva se centró en investigar la auténtica felicidad. Comenzó por medir tres diferentes elementos que las personas escogen para sentirse bien. Ellos son las emociones positivas como el placer, la alegría o júbilo, el gusto y la calidez; el compromiso o involucramiento en actividades absorbentes y que hacen sentir bien y el significado o propósito de la vida que consiste en pertenecer y participar en algo que está por encima del individuo y sus intereses personales. Todos estos tributaban a la satisfacción con la vida y por ende al bienestar o felicidad.

Posteriormente el concepto fue evolucionando y se convirtió en el constructo, medible, del bienestar subjetivo. Este está compuesto por diferentes elementos como las emociones positivas, el compromiso o involucramiento, las relaciones positivas, el significado o propósito en la vida y los logros de metas: (*Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning, Accomplishment*) PERMA, por sus siglas en inglés (Seligman, 2019), PRISMA en su adaptación al español (Tarragona, 2014). Cada uno de ellos contribuye al bienestar, por lo que muchas personas los desarrollan para su propio bien. Una de las características fundamentales de estos componentes es la exclusividad, ya que pueden medirse de manera independiente (Seligman, 2011). Esos elementos son recursos psicológicos que promueven el funcionamiento óptimo del ser humano que, junto a otros como la resiliencia, la autoeficiencia, el dominio del entorno, etc., potencian las capacidades adaptativas, el disfrute y la satisfacción con la vida.

El bienestar subjetivo tiene que ver con la evaluación que hace la persona de sus posibilidades y capacidades. Teniendo en cuenta sus juicios cognitivos y valoraciones en el plano afectivo, le permite una apreciación de la satisfacción con su propia existencia (Sanjuán, P., Guillén, D. y Pérez-García, A. M., 2018).

Funcionamiento Psicológico Positivo

El bienestar psicológico, que tiene sus fundamentos en las propuestas del bienestar eudaimónico de Aristóteles, ha “centrando su atención en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, concebidos ambos como los principales indicadores del funcionamiento positivo” (Arrogante *et al.*, 2016). El conocimiento del bienestar y sus componentes y la consecuente aplicación favorece entonces el funcionamiento psicológico positivo (FPP).

Progresivamente se han desarrollado estudios sobre el funcionamiento psicológico positivo. La literatura recoge las propuestas de Maslow en 1968 sobre la autoactualización como elemento cumbre de bienestar de su pirámide de las motivaciones; el punto de vista de Roger sobre el funcionamiento pleno de la persona; así como las concepciones sobre la madurez de Allport y de la individualización de Jung. Otros, como Erikson con su modelo psicosocial, propusieron que el funcionamiento psicológico positivo se relaciona con las diferentes etapas

del ciclo vital, o Neugarten que lo vinculó con el desarrollo de la personalidad y los cambios que se producen en la vida adulta (Ryff, 1989).

Partiendo de los estudios previos realizados, los cuales abordaron desde diferentes perspectivas elementos similares que tributan al bienestar, se concluye que las principales dimensiones del bienestar subjetivo son la autoaceptación, las relaciones positivas con otros, la autonomía, el dominio del entorno, el propósito en la vida, y el crecimiento personal (Arrogante *et al.*, 2016; Ryff, 1989). Otros autores han continuado con sus aportes y consideran, entre otros, a la resiliencia y a la autoeficacia como recursos psicológicos vitales en las personas, sobre todo en las desempleadas (Fernández-Valera *et al.*, 2019), que les permiten un funcionamiento adecuado.

Entre los temas que aborda la psicología positiva se encuentran las fortalezas del carácter, como la gratitud y el optimismo, la resiliencia, el significado y el propósito, el compromiso y las buenas relaciones (Park *et al.*, 2013), los cuales coinciden, en muchos aspectos, con los componentes del FPP.

Teniendo en cuenta estos antecedentes, se desarrolla y valida en España (Merino, M. D. y Privado, J., 2015) y posteriormente en México (Merino, M. D., Privado, J. y Gracia, Z., 2015) la escala de Funcionamiento Psicológico Positivo, la cual está conformada por 33 ítems agrupados en 11 recursos psicológicos, conformando el factor de segundo orden FPP. Las dimensiones que abarca la escala son autonomía, resiliencia, autoestima, propósito de vida, disfrute, optimismo, curiosidad, creatividad, humor, dominio del entorno y vitalidad (Merino, M. D. y Privado, J., 2015), los cuales coinciden con muchos de los recursos estudiados en el bienestar.

En la muestra española la escala arrojó una fiabilidad adecuada, pues se obtuvo un alfa de Cronbach de .91 para toda la escala y valores entre .62 y .89 para las diferentes dimensiones, además de buenos niveles de ajuste y de validez convergente. En la validación mexicana también se encontró una alta fiabilidad (.91), y un ajuste moderadamente alto a los datos, lo que confirma la validez de su estructura factorial, así como una aceptable validez convergente (Merino, M. D., Privado, J. y Gracia, Z., 2015).

El presente estudio está motivado en la posibilidad de que esta escala sea aplicable en otras poblaciones. Para ellos nos proponemos validar el FPP (Merino, M. D., Privado, J. y Gracia, Z., 2015) en una muestra de la población cubana, al analizar su estructura factorial, así como sus propiedades psicométricas: validez y fiabilidad.

Métodos

Participantes

Participaron en el estudio 145 estudiantes universitarios, que cursan la Licenciatura en Teología, en el Seminario Teológico Adventista de Cuba, con representación de la totalidad de los 4 años de la licenciatura, utilizándose para ello un muestreo probabilístico por conveniencia, donde coincide población y muestra. De ellos el 87.5 % fueron varones, con 127 estudiantes y el 12.4 % eran mujeres, con 18 estudiantes. Se indagó el estado civil y el 69.6% eran solteros y el 30.3% estaban casados. Además, la edad promedio de la muestra fue de 27.8 años ($DS=7.3$).

Medidas

En nuestro estudio se utilizó la escala de FPP desarrollada y validada en España (Merino, M. D. y Privado, J., 2015). La misma puede ser autoadministrada, consta de 33 ítems formulados en forma positiva (excepto el 22 que está invertido) y que responden a una escala de Likert de 5 posiciones que van desde *Completamente en desacuerdo (1)* hasta *Completamente de acuerdo (5)*. Los ítems del cuestionario se agrupan en 11 dimensiones (autonomía, resiliencia, autoestima, propósito de vida, disfrute, optimismo, curiosidad, creatividad, humor, dominio del entorno y vitalidad) donde cada una puede alcanzar un mínimo de 3 puntos y un máximo de 15. Respecto a los resultados por intervalos se interpretaría como muy bajo entre 3 y 5; medio bajo entre 6 y 8; medio 9; medio alto entre 10 y 12, y muy alto entre 13 y 15. Y lo mismo ponderado respecto a la escala general del FPP, la cual surge como un factor de segundo orden.

Diseño de la investigación

Con la intención de que la escala fuera adecuada a la población cubana se seleccionó un grupo de 10 estudiantes como muestra piloto, a los que se les explicó el cuestionario y el propósito de la investigación. Ellos respondieron de manera individual las preguntas de este y debían hacer sugerencias en caso de que no fueran entendidas. La escala fue respondida satisfactoriamente y la redacción de sus ítems fue compatible con la forma de expresarse en Cuba, por lo que no se reportó sugerencias de cambios. De esta manera se utilizó la escala de FPP aplicada a la población española, en la muestra seleccionada ($n=145$), para su validación. Se aplicó el cuestionario en 4 sesiones de 30 minutos. Se dispuso de una sesión para los estudiantes de cada año de estudios, con dos evaluadores, previamente entrenados para ello. A los estudiantes se les explicaron los objetivos del estudio y firmaron el consentimiento informado para su participación en él.

Resultados

Análisis estadístico

Para realizar el análisis estadístico se utilizó el software RStudio versión 1.3.1056.

Con el propósito de validar la escala de FPP se analizaron sus propiedades psicométricas, calculando el coeficiente del alfa de Cronbach de la escala y de sus dimensiones, para conocer su fiabilidad. Para verificar la estructura interna de la escala se aplicó un Análisis Factorial Confirmatorio, y para la validez convergente se calcularon las correlaciones que se establecen entre las diferentes subescalas.

Como puede apreciarse en la Tabla 1 las dimensiones del constructo presentan todas, una fiabilidad adecuada, con valores alfa de Cronbach mayores de .75. Los valores más aceptados para la confiabilidad de un instrumento están entre .80 y .90 (Soriano Rodríguez, 2014), aunque algunos estudios aceptan valores en torno a .70 o superiores (Merino, M. D., Privado, J. y Gracia, Z., 2015). El valor obtenido para todo el instrumento en este estudio (.94) muestra un alto grado de confiabilidad interna del instrumento. En la escala, de forma integral, se obtuvo un coeficiente de confiabilidad mayor que en la muestra validada en la población española y mexicana.

Tabla 1
Fiabilidad del FPP

Dimensiones	Cronbach's α	Dimensiones	Cronbach's α
Autoestima	.753	Vitalidad	.753
Resiliencia	.752	Propósito Vital	.752
Optimismo	.754	Humor	.757
Creatividad	.756	Disfrute	.759
Autonomía	.763	Curiosidad	.758
Dominio Entorno	.765	FPP	.943

Datos de las encuestas

Validez interna

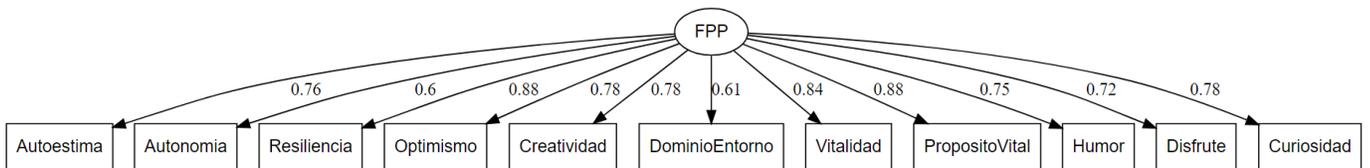
Para evaluar la validez interna de la escala, propuesta como un modelo con once factores de primer orden y el FPP como constructo de segundo orden, se realizó un Análisis Factorial Confirmatorio (AFE) utilizando el método de estimación de Máxima Verosimilitud. Para este modelo de segundo orden jerárquico, se obtuvieron índices de ajuste pobres ($\chi^2(484) = 1577.716$, $p < .001$, $CFI = 0.653$, $TLI = .622$, $NFI = .572$, $RMSEA = .125$, $SRMR = .086$, $PNFI = .524$), lo cual es un indicador que el modelo no ajusta bien con la matriz de datos de la muestra.

Por lo tanto, teniendo en cuenta que se aplica a una población diferente y que el tamaño de la muestra es relativamente pequeño, se tomó como ejemplo lo realizado por Merino, Privado y Gracia (2015) en la muestra mexicana. Ellos tomaron las 11 dimensiones para hacer un CFA de primer orden con un constructo global llamado FPP. Al hacerlo de esta forma se tienen solo 11 variables observables (como ítems) y siendo $n = 145$ (tamaño de muestra), se tiene un ratio superior a 10:1 (Fig. 1). Se utilizó el método de estimación de Máxima Verosimilitud.

Con los datos de la muestra actual ($n = 145$), se obtuvieron los siguientes índices de ajuste: $\chi^2(44) = 121.221$, $p < .001$, $CFI = 0.931$, $TLI = .914$, $NFI = .897$, $SRMR = .043$, $RMSEA = .110$ con un intervalo de confianza de 95% de (.09, .13), con un ratio $\chi^2/\text{grados de libertad} = 121.221/44 = 2.755$. Este modelo mostró un índice de parsimonia $PNFI = .718$.

Los resultados anteriores sugieren que el modelo de primer orden muestra un ajuste aceptable del modelo con los datos. Todos los coeficientes de regresión en el modelo resultaron significativos ($p < .001$), con valores estandarizados superiores a .60 (ver Figura 1). De esta forma se evidencia la validez interna de la escala.

Figura 1
Análisis Factorial Confirmatorio de la escala FPP



Nota. Todos los pesos factoriales son estadísticamente significativos al 5%.

Validez convergente

Tabla 2

Correlaciones entre los componentes del FPP

	Autoestima	Autonomía	Resiliencia	Optimismo	Creatividad	Dominio Entorno	Vitalidad	Propósito Vital	Humor	Disfrute	Curiosidad
Autoestima	-										
Autonomía	.422	-									
Resiliencia	.651	.479	-								
Optimismo	.586	.601	.696	-							
Creatividad	.567	.569	.673	.591	-						
Dominio Entorno	.483	.377	.555	.530	.504	-					
Vitalidad	.679	.434	.800	.626	.636	.512	-				
Propósito Vital	.686	.540	.816	.645	.706	.495	.690	-			
Humor	.604	.404	.607	.607	.577	.384	.670	.628	-		
Disfrute	.516	.478	.572	.611	.593	.434	.582	.593	.728	-	
Curiosidad	.565	.439	.669	.605	.604	.464	.637	.740	.585	.565	-

Nota. Matriz de correlaciones (constructos como variables observables). Todas las cargas factoriales resultan significativas ($p < .05$).

La matriz de correlaciones entre los componentes internos del FPP, tomando los once constructos del FPP como variables indicadoras (ver Tabla 2), muestra que todas las correlaciones resultaron estadísticamente significativas, con coeficientes de correlación entre .377 a .816, lo cual avala una correlación moderadamente fuerte (Navarro y Foxcroft, D. R. and Faulkenberry, T. J., 2019).

Para evaluar la validez convergente de la escala, con 11 indicadores del constructo global FPP (ver Figura 1), se calculó la varianza media extraída (AVE). Se encontró un valor de $AVE = .60$ lo cual, de acuerdo con investigaciones previas (Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. y Anderson, R. E, 2014) sugiere adecuada validez convergente.

Conclusiones

Los resultados encontrados en la validación de FPP en la muestra cubana, son similares a los encontrados en los estudios realizados previamente en España y México, lo que afirma su pertinencia transcultural.

El estudio muestra fiabilidad y validez convergente adecuadas.

El concepto que subyace a la validación es simple, pues muestra que se puede confiar en las mediciones que hace el instrumento o escala utilizada (Navarro y Foxcroft, D. R. and Faulkenberry, T. J., 2019) y confirma que puede ser útil para investigar el funcionamiento psicológico positivo en poblaciones de jóvenes cubanos.

Teniendo en cuenta que las correlaciones entre variables se consideran altas cuando tienen valores aproximados o por encima de $r = .50$ (Miles y Banyard, 2011; Navarro y Foxcroft, D. R. and Faulkenberry, T. J., 2019), el FPP arroja en esta muestra poblacional una adecuada validez convergente.

Se puede apreciar al comparar las cargas factoriales de los componentes del FPP en ambos estudios (México y Cuba) que las variables Resiliencia y Dominio del entorno son las que tributan valores menores. Independientemente de las diferencias culturales y sociales, la resiliencia tiene una estrecha relación con el entorno que circunda al sujeto (López-Valle *et al.*, 2018) y su capacidad de dominio de este va a influir en cómo afronte las situaciones y salga o no fortalecido de ellas, sintiendo autonomía y motivado (Ushioda, 2011) a tomar decisiones que le ayuden en el fortalecimiento de su resiliencia.

Es preciso puntualizar que este instrumento no ha sido utilizado hasta este momento en la población cubana y hasta donde tenemos conocimiento no hay otro similar validado en el país. También favorece en gran manera el estudio de manera global del funcionamiento psicológico, así como de los componentes individuales de este. Permite entonces el diseño de estrategias para desarrollar y fortalecer aquellas áreas del bienestar subjetivo que puedan estar afectadas en el contexto cubano.

Se reconoce que la muestra utilizada fue pequeña y compuesta por un grupo de estudiantes universitarios, lo cual hace que tengan edades, intereses, y desafíos muy similares entre sí (Merino, M. D., Privado, J. y Gracia, Z., 2015), por lo que, al igual que el estudio validado en México, recomendamos la replicación de este en muestras más amplias y con mayor diversidad, donde pudieran encontrarse resultados, aún más evidentes, de la utilidad del instrumento.

Referencias bibliográficas

Arrogante, O., A. M. Pérez-García y E. G. Aparicio-Zaldívar (2016). Recursos personales relevantes para el bienestar psicológico en el personal de enfermería. *Enferm Intensiva*, 27(1), 22–30. <http://dx.doi.org/10.1016/j.enfi.2015.07.002>

Fernández-Valera, M. M., Soler-Sánchez, M. I., Garcí-a-Izquierdo, M. y Meseguer de Pedro, M. (2019). Los recursos psicológicos personales, resiliencia y autoeficacia, y su relación con el malestar psicológico en situaciones de desempleo. *Revista De Psicología Social*, 11–20. <https://doi.org/10.1080/02134748.2019.1583513>

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. y Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis* (7ª ed). Pearson.

Hervas, G. (2016). Positive Psychology in Spain: A portrait of a vigorous field of research. *Anales De Psicología*, 32(3), 702–703. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.32.3.261691>

- López-Valle, N., Alonso-Tapia, J. y Ruiz-Díaz, M. (2018). Emociones, autorregulación positiva y resiliencia. Desarrollo y validación de modelos teóricos alternativos y su instrumento de evaluación. *Estudios De Psicología*, 18–35. <https://doi.org/10.1080/02109395.2018.1506305>
- Merino, M. D. y Privado, J. (2015). Positive Psychological Functioning: Evidence for a new construct and its measurement. *Anales De Psicología*, 31(1), 45–54. <http://revistas.um.es/analesps>
- Merino, M. D., Privado, J. y Gracia, Z. (2015). Validación mexicana de la Escala de Funcionamiento Psicológico Positivo. Perspectivas en torno al estudio del bienestar y su medida. *Salud Mental*, 38(2).
- Miles, J. y Banyard, P. (2011). *Understanding and using statistics in psychology: A practical introduction, or, how I came to know and love the standard error*. SAGE.
- Navarro, D. J. y Foxcroft, D. R. and Faulkenberry, T. J. (2019). *Learning Statistics with JASP: A Tutorial for Psychology Students and Other Beginners*. <http://www.learnstatswithjasp.com>
- Park, N., Peterson, C. y Sun, J. K. (2013). La Psicología Positiva: Investigación y aplicaciones. *Terapia Psicológica*, 31(1), 11–19.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Salanova, M. y López-Zafra, E. (2011). Introducción: Psicología Social y Psicología Positiva. *Revista de Psicología Social*, 26(3), 339–343. <https://doi.org/10.1174/021347411797361248>
- Sanjuán, P., Guillén, D. y Pérez-García, A. M. (2018). Rasgos de personalidad y recursos psicológicos como predictores del bienestar emocional en adolescentes con y sin formación en escuelas de tauromaquia. *Rev. Psicopatol. Psicol. Clin.*, 23, 1–12. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.23.num.1.2018.18494>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Random House. <http://www.loc.gov/catdir/enhancements/fy1012/2010033642-d.html>
- Seligman, M. E. P. (2019). Positive Psychology: A Personal History. *Annual Review of Clinical Psychology*, 15, 1–23. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050718-095653>
- Soriano Rodríguez, A. M. (2014). Diseño y validación de instrumentos de medición. *Diálogos*, 8(13), 19–40.
- Tarragona, M. (2014). *Tu mejor tú: cómo la psicología positiva te enseña a subrayar las experiencias que fortalecen tu identidad*. Alianza Editorial. www.alianzaeditorial.es
- Ushioda, E. (2011). Why autonomy? Insights from motivation theory and research. *Innovation in Language Learning and Teaching*, 5(2), 221–232. <https://doi.org/10.1080/17501229.2011.577536>