

doi: 10.18050/revpsi.v18n1a6.2016

FUNCIONAMIENTO FAMILIAR, SOPORTE SOCIAL PERCIBIDO Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS COMO FACTORES ASOCIADOS AL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO-LA LIBERTAD

Mary Vanessa Cárdenas Vásquez
Universidad César Vallejo

Cómo citar este artículo: Cárdenas, M. (2016). Funcionamiento familiar, soporte social percibido y autoeficacia para el afrontamiento del estrés como factores asociados al bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo-La Libertad. *Revista de Psicología*, 18(1), 72-85. doi: 10.18050/revpsi.v18n1a6.2016

La correspondencia relacionada con este artículo debe dirigirse a Mary Vanessa Cárdenas Vásquez, e-mail: mcardenasv@ucv.edu.pe. Universidad César Vallejo, Av. Larco 1770 – Distrito de Víctor Larco Herrera.



**FUNCIONAMIENTO FAMILIAR, SOPORTE SOCIAL PERCIBIDO Y
AUTOEFICACIA PARA EL AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS COMO FACTORES
ASOCIADOS AL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO-LA LIBERTAD**

Mary Vanessa Cárdenas Vásquez¹
Universidad César Vallejo

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo determinar si el funcionamiento familiar, el soporte social percibido y la autoeficacia para el afrontamiento del estrés, son factores asociados al bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes de ambos sexos entre los 16 y 27 años, siendo seleccionados de mediante un tipo de muestreo probabilístico aleatorio simple. Los instrumentos utilizados fueron la escala de bienestar psicológico, el cuestionario APGAR familiar, la escala multidimensional de apoyo social percibido y la escala de autoeficacia para el afrontamiento del estrés. Los resultados evidenciaron que no hay una correlación positiva y estadísticamente significativa entre las variables de funcionamiento familiar y bienestar psicológico ($Rho = .37$; sig.001); sin embargo, demostraron que existe una correlación positiva y estadísticamente significativa entre las variables soporte social percibido y bienestar psicológico ($Rho = .43$; sig.000); asimismo, se determinó que existe una correlación positiva y estadísticamente significativa entre las variables autoeficacia para el afrontamiento del estrés y bienestar psicológico ($Rho = .47$; sig.000).

Palabras clave: Bienestar psicológico, funcionamiento familiar, soporte social percibido y autoeficacia para el afrontamiento del estrés.

**FAMILY FUNCTIONING, SOCIAL SUPPORT AND PERCEIVED SELF-EFFICACY
FOR COPING WITH STRESS AS FACTORS ASSOCIATED WITH
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG STUDENTS FROM A PRIVATE
UNIVERSITY OF TRUJILLO-LA LIBERTAD**

ABSTRACT

The research aimed to determine whether family functioning, perceived social support and self-efficacy for coping with stress are factors associated with psychological well-being among students of a private university of Trujillo. The sample consisted of 120 students of both sexes between 16 and 27 years, being selected by a random probability sampling type simple. The instruments used were the scale of psychological well-being, family APGAR questionnaire, multidimensional scale of perceived social support and self-efficacy scale for coping with stress. The results showed that there is a positive and statistically significant correlation between the variables of family functioning and psychological well-being ($Rho = .37$; sig.001); however, they showed that there is a positive and statistically significant correlation between the variables perceived social support and psychological well-being ($Rho = .43$; sig.000); also determined that there is a positive and statistically significant correlation between self-efficacy variables for coping with stress and psychological well-being ($Rho = .47$; sig.000).

Keywords: Psychological well-being, family functioning, perceived social support and self-efficacy for coping with stress.

1. Magíster en Psicología. Docente a tiempo completo de la Universidad César Vallejo (UCV) y coordinadora del Instituto de Investigación de la Universidad César Vallejo.

FUNCIONAMIENTO FAMILIAR, APOIO SOCIAL E AUTO-EFICÁCIA PERCEBIDA PARA LIDAR COM O ESTRESSE COMO FATORES ASSOCIADOS AO BEM-ESTAR PSICOLÓGICO ENTRE ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE PRIVADA DE TRUJILLO-LA LIBERTAD.

RESUMO

A pesquisa teve como objetivo determinar se o funcionamento familiar, suporte social percebido e auto-eficácia para lidar com o estresse são fatores associados ao bem-estar psicológico entre estudantes de uma universidade privada de Trujillo. A amostra foi composta por 120 estudantes de ambos os sexos, entre 16 e 27 anos, sendo selecionado por uma probabilidade aleatória tipo de amostragem simples. Os instrumentos utilizados foram a escala de bem-estar psicológico, familiar questionário APGAR, a escala multidimensional da escala de apoio social e auto-eficácia percebida para lidar com o stress. O funcionamento resultados variáveis da família e bem-estar psicológico ($Rho = 0,37$; sig.001); Eles mostraram que há uma correlação positiva e estatisticamente significativa entre as variáveis percebidas apoio social e bem-estar psicológico ($Rho = 0,43$; sig.000); Também foi determinado que existe uma correlação positiva e estatisticamente significativa entre as variáveis de auto-eficácia para lidar com o stress e bem-estar psicológico ($Rho = 0,47$; sig.000).

Palavras-chave: bem-estar psicológico, funcionamento familiar, suporte social percebido e auto-eficácia para lidar com o stress.

1. INTRODUCCIÓN

Se ha indicado que la psicología se concentró en el estudio de variables psicopatológicas (Vera, 2006), pero a raíz que la revista *American Psychologist* (2000, citada en Giménez, 2010) publicara un número especial sobre psicología positiva, movimiento liderado principalmente por Seligman y Csikzentmihalyi, el interés hacia los estudios sobre los aspectos positivos del comportamiento ha ido en aumento; especialmente en temas vinculados como la felicidad, el bienestar subjetivo, el bienestar psicológico, el optimismo, satisfacción con la vida, entre otros son de interés de su estudio.

Por lo antes señalado, podemos afirmar que las personas poseen recursos, fortalezas y virtudes, los cuales les permiten hacer frente adecuadamente a las exigencias del medio; experimentando como consecuencia, el llamado bienestar psicológico; es decir, se sienten conformes y felices con sus vidas. A este bienestar psicológico se encuentran ligados factores asociados

que ayudan a las personas a realizar una evaluación positiva de sus vidas.

En cuanto a definiciones, según Ryan y Deci (2001; citado en Romero, García y Brustad, 2009), el bienestar estaría ligado a dos perspectivas: la felicidad (bienestar hedónico), y desarrollo del potencial humano (bienestar eudaimónico); lo que para Keyes, Ryff y Shmotkin (2002; citado en Romero et al., 2009), sería el bienestar subjetivo como representante de la tradición hedónica, y el bienestar psicológico como representante de la tradición eudaimónica.

Integrando las formulaciones sobre el bienestar psicológico, Ryff (1989; citado en Barra, 2012), propuso un modelo multidimensional del bienestar psicológico, el cual está conformado por seis factores que incluyen la autoaceptación, crecimiento personal, propósito en la vida, relaciones positivas con otros, dominio ambiental y autonomía. Estas dimensiones reflejan lo que las personas deben enfrentar para poder funcionar óptimamente y

desarrollar sus potencialidades (Keyes, 2006, citado en Barra, 2012).

Teniendo en cuenta este enfoque multidimensional, Molina y Meléndez (2006, citado en Barra, 2012, p.30) definen el bienestar psicológico como “una construcción personal que descansa en el desarrollo psicológico del individuo y en su capacidad para interactuar de manera armoniosa con las circunstancias de la vida”. Por otro lado, Samman (2007, citado en Barra, 2012, p.30) lo conceptualiza como el “grado en que se le proporciona significado a la vida, en que las funciones y actividades se evalúan positivamente y se comprende de manera significativa el entorno”.

Con respecto a las investigaciones efectuadas sobre bienestar psicológico y factores asociados a ello, encontramos que en España, González, Montoya, Casullo y Bernabéu (2002) estudiaron la relación entre el afrontamiento y el bienestar psicológico. Los resultados señalan que la relación entre afrontamiento y bienestar es positiva y significativa en ambos géneros.

Dentro de los factores asociados al desarrollo del bienestar psicológico en las personas, podrían estar el funcionamiento familiar, el soporte social percibido y autoeficacia para el afrontamiento del estrés.

Cuando se habla de funcionamiento familiar, se hace referencia a la “forma en que interactúan los miembros de una familia, la que puede ser funcional o disfuncional” (Velasco y Luna, 2006, citado en Padilla y Díaz, 2011, p.312); mientras que soporte social percibido vendría a ser, según Barrera (1986, citado en Del Risco, 2007, p.11), la “evaluación cognitiva de saber o tener la confianza de estar conectados con

otros y de poder contar con ellos en alguna situación en particular”. Finalmente, la autoeficacia para el afrontamiento del estrés que implica el conjunto de creencias sobre la eficacia personal para manejar la demandas y desafíos con los que nos encontramos sobre la base de dos tipos de expectativas: expectativas de eficacia, o juicios sobre la capacidad personal para organizar y ejecutar las acciones requeridas para afrontar una determinada situación, y expectativas de resultado, o creencias sobre que tales acciones llevarán a conseguir un resultado deseado o esperado (Bandura, 1982, 1986; citado en Godoy-Izquierdo, Godoy, López-Chicheri, Martínez, Jiménez y Vázquez, 2008).

En cuanto al apoyo social percibido, existe abundante evidencia de los efectos positivos que parece tener en el bienestar y en la salud mental de los individuos (Barrón y Sánchez, 2001; Musitu y Cava, 2002; Wight, Botticello y Aneshensel, 2006; citado en Barra, 2012), dan a conocer porqué el apoyo social proporciona al individuo un sentido de estabilidad, de predictibilidad y de control, que lo hace sentirse mejor y percibir de manera más positiva su ambiente.

Por su parte, Vera, Yañez, Grubits y Batista (2011) encontraron en jóvenes de México y Brasil que el bienestar subjetivo se compone por satisfacción global con la vida y el balance de los afectos. Por otro lado, la felicidad está asociada en primer plano a factores asociados con su relación con la familia y los amigos, después con sus objetivos, siguiendo con sus valores y salud, atractivo físico y relación romántica y finalmente al borde de la infelicidad con los profesores y la economía del país.

Finalmente, teniendo en cuenta datos estadísticos, la Organización de las Naciones Unidas (2013), basada en The Gallup Organization (reporte Gallup), realizó el listado de los países más felices del mundo, donde Dinamarca, Noruega, Suiza, Holanda y Suecia son los países más felices del mundo dentro de 156 países; ubicándose Perú en el puesto 55.

En efecto, durante la práctica profesional entre los años 2010 y 2014, se observó personas que manifestaron estar felices y conformes con sus vidas, personas con bienestar psicológico, el cual está asociado a diferentes factores y que les permiten un mejor desenvolvimiento y desarrollo personal.

En consecuencia, por todo lo expuesto, resultó necesario investigar los factores asociados al bienestar psicológico y frente a ellos surgió la interrogante ¿El funcionamiento familiar, el soporte social percibido y la autoeficacia para el afrontamiento del estrés, son factores asociados al bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo-La Libertad?

Por lo tanto, la investigación tuvo por objetivo principal determinar si el funcionamiento familiar, el soporte social percibido y la autoeficacia para el afrontamiento del estrés son factores asociados al bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo-La Libertad.

Como hipótesis central, se consideró que el funcionamiento familiar, el soporte social percibido y la autoeficacia para el afrontamiento del estrés son factores asociados al bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo-La Libertad.

2. MÉTODO

El tipo de estudio de la investigación es no experimental; ya que se realizó sin la manipulación deliberada de variables y sólo se observó los fenómenos en su ambiente natural para luego analizarlos (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

El diseño es correlacional multivariado, pues describe la relación o grado de asociación que existe entre las variables funcionamiento familiar, soporte social percibido, autoeficacia para el afrontamiento del estrés y bienestar psicológico (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

Participantes

La población estuvo conformada por 497 estudiantes de ambos sexos de la Escuela de Psicología de una universidad privada de Trujillo. La investigación se realizó en el periodo 2014-I (con estudiantes del I al X ciclo de la carrera profesional de Psicología). De esta población, se obtuvo un tamaño de muestra representativa en total de 120 estudiantes.

La muestra estuvo conformada por 99 estudiantes de sexo femenino que corresponden al 82.5% del total, mientras 21 estudiantes fueron de sexo masculino lo que representa el 17.5% del total de la muestra. Además, la edad promedio de la muestra total fue 20 años.

Instrumentos

Escala de bienestar psicológico (BIEPS-J):

Elaborada por María Martina Casullo y Alejandro Castro en Argentina en el año 2000, para evaluar la percepción subjetiva del bienestar psicológico, diferenciando a sujetos que han logrado determinado nivel de bienestar, de aquellos que presentan síntomas y signos que dan cuenta de la presencia de malestares en grado moderado o severo.

Administrada de forma individual y colectiva, siendo las edades comprendidas para la administración entre los 13 y 18 años de edad, pero los autores destacan que el instrumento puede ser aplicado a personas de mayor edad.

La escala consta de 13 ítems. Cada ítem de la escala se responde en un formato de respuesta Likert, en tres opciones de respuesta (de acuerdo 3, ni de acuerdo ni de desacuerdo 2, en desacuerdo 1); permitiendo un puntaje mínimo de 13 y máximo de 39. A partir de esta escala puede evaluarse las siguientes dimensiones: Control de situaciones (ítems 1, 5, 10 y 13), que es la capacidad para crear o modelar contextos para adecuarlos a las necesidades e intereses personales. Vínculos psicosociales (ítems 2, 8 y 11), viene a ser la capacidad para establecer buenos vínculos con los demás; así mismo tener calidez, confianza en los demás y la capacidad empática y afectiva. Proyectos (ítems 3, 6 y 12) es tener metas y proyectos de vida, considerar que la vida tiene significado, asumir valores que otorgan sentido a la vida. Y finalmente, Aceptación de sí (Ítems 4, 7 y 9) es poder aceptar los múltiples aspectos de sí mismo, incluyendo los buenos y los malos, sentirse bien acerca de las consecuencias de los eventos del pasado.

Los ítems de la escala están redactados en formato directo, obteniéndose la puntuación total de la suma de las puntuaciones asignadas a cada ítem. La escala no admite respuestas en blanco. La puntuación global directa se transforma a percentiles (percentiles 75 a más, el sujeto presenta un alto bienestar; percentiles de 25 a menos, el sujeto presenta bajo bienestar).

Para este estudio, debido a que el instrumento es de carácter foráneo, se procedió a la evaluación de sus propiedades psicométricas. La

confiabilidad se llevó a cabo a través de consistencia interna por homogeneidad, alcanzando un alfa de Cronbach de .70. Asimismo, se realizó la validez de criterio de jueces obteniendo un coeficiente de Aiken de .93; además de una validez a través del método ítem-test cuyos valores oscilan entre .126 y .461.

El APGAR familiar:

Creado por Smilkstein (1978; citado en García, 2010). Es un cuestionario de cinco preguntas cuyo objetivo es evidenciar el estado funcional de la familia; es decir, evalúa el funcionamiento sistémico familiar de la familia y es útil en la identificación de familias en riesgo. Cada pregunta consta de tres posibles respuestas: Casi siempre, algunas veces y casi nunca, con valores de 2, 1 y 0 puntos respectivamente. Una vez obtenido en puntaje total, se procede a la clasificación de funcionalidad familiar; considerando lo siguiente: De 8 a 10 puntos es una familia funcional, de 4 a 7 es una familia que presenta disfunción moderada y de 0 a 3 es una familia que presenta una disfunción severa.

En la presente investigación, se procedió a la evaluación de las propiedades psicométricas del instrumento de acuerdo a la población de estudio. La confiabilidad se realizó a través de consistencia interna por homogeneidad, alcanzando un alfa de Cronbach de .79. Asimismo, se realizó la validez de criterio de jueces obteniendo un coeficiente de Aiken de .92; además de una validez a través del método ítem-test cuyos valores oscilan entre .468 y .647.

Escala multidimensional de apoyo social percibido (MSPSS):

Construida por Gregory Zimet, Nancy Dahlem, Sara Zimet y Gordon Farley (1988), es un instrumento dirigido a la

evaluación subjetiva del apoyo social (Donald y Ware, 1994, citado en González, 2012). Está compuesto únicamente por doce ítems (escala tipo Likert desde 1-en total desacuerdo hasta 5-totalmente de acuerdo), aportando información sobre tres distintas fuentes de apoyo social percibido: a) apoyo social percibido proporcionado por la familia (Family-FA; ítems 3 , 4 , 8 y 11); b) apoyo social percibido proporcionado por los amigos (Friends-FR; ítems 6 , 7 , 9 y 12); y c) apoyo social percibido proporcionado por otras personas significativas (Significant others-SO; ítems 1 , 2 , 5 y 10), entre las que destaca la figura de la pareja sentimental. La corrección del instrumento se realiza mediante la suma de los valores facilitados en cada uno de los ítems, existiendo una puntuación total de apoyo social percibido (36 a más, alto; 12 a 36, promedio y menos de 12, bajo); asimismo existen puntuaciones para cada una de las subescalas que componen la prueba, siendo en todo caso las puntuaciones más altas indicadoras de una mayor percepción de apoyo social (Zimet et al., 1988, citado en González, 2012).

Para fines del estudio, se realizó la confirmación de las bondades psicométricas de la escala. La confiabilidad se efectuó a través de consistencia interna por homogeneidad, alcanzando un alfa de Cronbach de .87. De igual forma, se realizó la validez de criterio de jueces obteniendo un coeficiente de Aiken de .95; además de una validez a través del método ítem-test cuyos valores oscilan entre .327 y .667.

Escala de autoeficacia para el afrontamiento del estrés (EAEAE): Elaborada por Godoy et al. (2008), está compuesta por ocho ítems, 4 de los cuales (ítems 2, 4, 5, 7) evalúan el componente de expectativas de eficacia (EE) del constructo de autoeficacia, y

los 4 restantes (ítems 1, 3, 6, 8) el de expectativas de resultado (ER).

Los ítems están formulados tanto en sentido directo (2, 3, 5, 7) como en sentido inverso (1, 4, 6, 8). Las respuestas se presentan en formato tipo Likert con 5 alternativas desde “Completamente en desacuerdo” a “Completamente de acuerdo”, con valores de 1 a 5. Se obtiene también una puntuación total resultado de la suma de las dos puntuaciones parciales. La escala mide la autoeficacia de afrontamiento al estrés de una forma directa, correspondiendo a puntuaciones más elevadas una mayor confianza en los recursos personales para el manejo del estrés.

En esta investigación, se llevó a cabo la confirmación de las bondades psicométricas de la escala. La confiabilidad se realizó a través de consistencia interna por homogeneidad, alcanzando un alfa de Cronbach de .64. Del mismo modo, se realizó la validez de criterio de jueces obteniendo un coeficiente de Aiken de .87; además de una validez a través del método ítem-test cuyos valores oscilan entre .235 y .389.

Procedimiento

Los datos fueron recolectados de manera grupal dentro del aula de los estudiantes, a quienes previamente se les brindó información acerca de la investigación; así como la garantía de confidencialidad y de utilización de la información con una finalidad únicamente investigadora, con el propósito de obtener su autorización para participar en ella (consentimiento informado). Una vez recopilados los datos de la muestra, se elaboró una base en Excel, siendo luego extrapolados al paquete estadístico para las ciencias sociales (SPSS versión 20).

Los datos fueron analizados a través de distribución de frecuencias, media,

desviación estándar, coeficiente de correlación Rho de Spearman Brown, prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov y regresión lineal múltiple.

3. RESULTADOS

En la Tabla 1, se presenta los resultados de la evaluación de la distribución de

los datos mediante el coeficiente de Kolmogorov-Smirnov ajustándose el comportamiento de los datos a un modelo no paramétrico; por tanto, se eligió como estadístico de contraste al coeficiente de correlación Rho de Spearman.

Tabla 1

Distribución de datos mediante el coeficiente Kolmogorov-Smirnov

	Factores			
	BIEPS	APGAR	MSPSS	EAEAE
N	120	120	120	120
Z de Kolmogorov-Smirnov	2.343	1.947	.976	1.033
Sig. asintót. (bilateral)	.000	.001	.296	.236

Nota. BIEPS=Bienestar psicológico; APGAR=Funcionamiento familiar; MSPSS= soporte social percibido; EAEAE=Autoeficacia para el afrontamiento del estrés.

*p<.05

En la tabla 2, se aprecia que existe una correlación positiva y estadísticamente significativa entre las variables funcionamiento familiar y bienestar psicológico (Rho= .37; sig.001); asimismo, existe una correlación positiva y estadísticamente significativa entre las variables soporte social

percibido y bienestar psicológico (Rho=.43; sig.000); finalmente, se observa que existe una correlación positiva y estadísticamente significativa entre las variables autoeficacia para el afrontamiento del estrés y bienestar psicológico (Rho= .47; sig.000).

Tabla 2

Factores asociados al bienestar psicológico mediante el Rho Spearman

Factor	N	Rho Spearman	Sig.
APGAR	120	.370**	0.001
MSPSS	120	.426**	0.000
EAEAE	120	.470**	0.000

Nota. APGAR= Funcionamiento familiar; MSPSS= soporte social percibido; EAEAE=Autoeficacia para el afrontamiento del estrés.

**p<.01

Sin embargo; para plantear un modelo explicativo para bienestar psicológico se vio conveniente realizar una regresión

lineal múltiple y evaluar la asociación de las variables (Tabla 3).

En la Tabla 3, se presenta el análisis de regresión realizado a la variable de

estudio, obteniéndose un $R^2=.562$, lo que explica en un 56% el modelo y la bondad de los factores asociados al bienestar psicológico. Son significativas las asociaciones entre el soporte social percibido (Beta tipificado=.350, $t=3.84$,

Sig.000) y autoeficacia para el afrontamiento del estrés (Beta tipificado=.322, $t=3.89$, Sig.000) como factores explicativos del bienestar psicológico.

Tabla 3

Análisis de regresión lineal múltiple de las variables funcionamiento familiar, el soporte social percibido y la autoeficacia para el afrontamiento del estrés, como factores asociados al bienestar psicológico en estudiantes universitarios.

Factor	B	Beta tipificado	T	Sig.
Constante	20.08		10.87	0.000
APGAR	0.04	0.031	0.34	0.073
MSPSS	0.13	0.35	3.84	0.000
EAEAE	0.23	0.322	3.89	0.000

Nota. APGAR=Funcionamiento familiar; MSPSS= soporte social percibido; EAEAE=Autoeficacia para el afrontamiento del estrés.

** $p<.01$

4. DISCUSIÓN

El bienestar psicológico, también llamado bienestar subjetivo, satisfacción con la vida y lo que comúnmente conocemos como felicidad; juega un papel importante en las personas; ya que proporciona equilibrio emocional y psicológico en el individuo (emociones y afectos positivos), mejorando así su calidad de vida al poner en práctica recursos, fortalezas y virtudes. Lo mencionado, coincide con lo señalado por Deci y Ryan (2000, citado en Vásquez, Hervás y Ho, 2006), quienes sostienen que el bienestar psicológico es la consecuencia de un funcionamiento psicológico óptimo.

Debido a que los aspectos positivos del comportamiento humano ayudan a prevenir la aparición de trastornos mentales y patologías, es que surgió la necesidad de estudiar el bienestar psicológico y los posibles factores asociados a este; entre ellos el funcionamiento familiar, el soporte

social percibido y la autoeficacia para el afrontamiento del estrés.

Considerando la naturaleza correlacional de esta investigación, en lo concerniente a la relación entre el bienestar psicológico y el funcionamiento familiar (Tabla 2), se encontró una correlación positiva y estadísticamente significativa ($Rho=.37$; sig.001) que permitió la comprobación de la primera hipótesis (H_{11}). Lo encontrado pone en evidencia que la forma en que interactúan los miembros de una familia favorece la presencia de bienestar psicológico en las personas, lo señalado se confirma con lo manifestado por Minuchín (1984, citado en Ccoicca, 2010), quien señala que la principal característica de una familia funcional es promover un desarrollo favorable a la salud para todos sus miembros; lo cual implica la presencia de bienestar psicológico. Estos datos coinciden con el estudio de Vera et al. (2011), quienes encontraron que la felicidad está asociada en un primer plano con la relación familiar.

Lo mismo que con Giménez (2010), quien reporta que la calidad de las relaciones familiares está fuertemente asociada al optimismo y que las relaciones positivas con la familia presentan correlaciones significativas positivas con satisfacción con la vida; dichos términos están vinculados al bienestar según Anguas (2000, 2001, citado en Luna, Laca y Mejía, 2011), quien identificó dos componentes del constructo: por un lado, el emocional, compuesto por afectos positivos y negativos experimentados por el sujeto y, por otro, el cognitivo, al cual se ha denominado satisfacción con la vida. De igual forma, lo encontrado se corrobora con el trabajo de Luna et al. (2011), quienes mostraron que existe una relación positiva entre la satisfacción familiar y los diferentes componentes de la satisfacción con la vida y del afecto positivo; es decir, bienestar psicológico.

En lo concerniente a la segunda hipótesis (H_{i2}), también fue posible establecer una correlación positiva y estadísticamente significativa entre las variables bienestar psicológico y soporte social percibido ($Rho=.43$; sig.000) (Tabla 2). Lo hallado refleja que aquellos individuos que cuentan con personas que les proporcionen apoyo, presentan bienestar psicológico; demostrándose que estas variables se asocian entre sí. Lo encontrado guarda relación con García (2010), quien en un estudio obtuvo que el apoyo social se relaciona positivamente con la satisfacción vital y la salud; evidenciando la importancia del soporte social para la presencia de bienestar psicológico.

Teniendo en cuenta la tercera hipótesis (H_{i3}), fue posible establecer una correlación positiva y estadísticamente significativa entre las variables

bienestar psicológico y autoeficacia para el afrontamiento del estrés ($Rho=.47$; sig.000) (Tabla 2). Lo obtenido indica que aquellas personas que creen que tienen recursos y manejan las situaciones demandantes y estresantes del medio de forma eficaz, tienen la capacidad de experimentar bienestar psicológico. Lo sostenido guarda relación con la teoría social cognitiva de Bandura (1986; citado en Condori, 2013), quien señala que la autoeficacia se inserta en esta teoría como un tipo de creencia personal, que le permite al individuo ejercer una medida de control sobre sus sentimientos, acciones y pensamientos; actuando como una persona en búsqueda de desarrollo personal. Lo mencionado por Bandura se relaciona con el bienestar; ya que, según Ryan y Deci (2001, citado en Romero et al., 2009) sostienen que el bienestar estaría ligado a dos perspectivas: la felicidad (bienestar hedónico) y desarrollo del potencial humano (bienestar eudaimónico). Asimismo, el resultado obtenido se corrobora con González et al. (2002), quienes en un estudio encontraron que la relación entre afrontamiento y bienestar es positiva y significativa. Del mismo modo, Condori (2013) encontró, en una investigación, correlación significativa entre la autoeficacia para el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico.

Por otro lado, a fin de dar respuesta al modelo teórico planteado en la investigación que propone explicar el bienestar psicológico en base a tres variables independientes, resulta necesario enfatizar que solo fue posible establecer de manera fehaciente la asociación del soporte social percibido y autoeficacia para el afrontamiento del estrés en el bienestar psicológico; presentando así valores de ajuste de modelo adecuados y presentando

valores significativos de “p” para soporte social percibido (Beta tipificado=.350, $t=3.84$, Sig.000) y autoeficacia para el afrontamiento del estrés (Beta tipificado=.322, $t=3.89$, Sig.000). Entonces, podemos afirmar que estos dos factores explican el bienestar psicológico, obteniendo una relación positiva y estadísticamente significativa; mas no ocurre lo mismo con el funcionamiento familiar (Beta tipificado=.031, $t=.34$, Sig.073) (Tabla 3).

Este dato puede tener como explicación que en el desarrollo del bienestar psicológico, no solo interviene la forma cómo interactúan las personas dentro del núcleo familiar, sino también rasgos individuales, la personalidad y desenvolvimiento frente a diversas situaciones. Lo mencionado guarda relación con Bertalanffy (2001; citado en Petrella, 2007), quien en su teoría general de sistemas plantea el principio de equifinalidad, que lleva a determinados sistemas abiertos a alcanzar un mismo estado final partiendo de diferentes condiciones iniciales y por diferentes caminos; es decir, a iguales causas, puede haber diferentes consecuencias o a diferentes causas, le pueden suceder iguales consecuencias. Entonces, bajo este principio se concluye que, si una persona nace y vive dentro de una familia disfuncional, no necesariamente carecerá de bienestar psicológico o viceversa. Por otro lado, también podemos hacer referencia a la resiliencia, que es la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas, e inclusive, ser transformado por ellas (Grotberg, 1995; citado en Polo, 2009); es decir, a pesar que las personas nazcan y vivan en condiciones de alto riesgo dentro de familias disfuncionales, se desarrollan psicológicamente sanos y socialmente exitosos; logran

transformar las adversidades en ventajas o un estímulo para su desarrollo biopsicosocial. Por lo tanto, se puede afirmar que las personas resilientes, son capaces de experimentar emociones positivas en situaciones estresantes. Varios estudios han puesto de manifiesto que las personas más resilientes suelen experimentar elevados niveles de felicidad y de interés por las cosas en momentos de gran ansiedad provocados experimentalmente (Fredrickson, 2001; Tugade y Fredrickson, 2004; citado en Mayordomo, 2013).

En conclusión, en la presente investigación se encontró relaciones positivas y estadísticamente significativas entre las variables bienestar psicológico y funcionamiento familiar; bienestar psicológico y soporte social percibido; bienestar psicológico y autoeficacia para el afrontamiento del estrés. Asimismo, se logró determinar que el soporte social percibido y la autoeficacia para el afrontamiento del estrés son factores asociados al bienestar psicológico, mas no el funcionamiento familiar.

Finalmente, los hallazgos nos hacen ver la relevancia e importancia de continuar estudiando los factores que pueden estar asociados al bienestar psicológico con la finalidad de generar intervenciones y estrategias, en base a los resultados, que favorezcan el funcionamiento óptimo de las personas (desarrollo de bienestar psicológico) y también para tener mayor información sobre aquellos factores que podrían afectar los resultados y que no fueron considerados para fines del estudio; tales como resiliencia, autoestima, locus de control, valores, etc. Aún sin haber tenido en cuenta dichos factores, la presente investigación servirá de precedente y permitirá contribuir a futuros estudios.

5. REFERENCIAS

- Barra, E. (2012). Influencia de la autoestima y del apoyo social percibido sobre el bienestar psicológico de estudiantes universitarios chilenos. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 8(1), 29-38. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67923973002>
- Casullo, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*, 18(1), 35-68. Recuperado de <http://ezproxybib.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/download/6840/6974>.
- Ccoicca, T. (2010). *Bullying y funcionalidad familiar en una institución educativa del distrito de Comas*. (Tesis de maestría). Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima, Perú. Recuperado de <http://es.scribd.com/doc/39163339/Bullying-y-Funcionalidad-Familiar>
- Condori, L. J. (2013). *Relación de autoeficacia ante el estrés, personalidad, percepción del bienestar psicológico y de salud con el rendimiento académico en universitarios*. (Tesis doctoral). Universidad Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/3291>
- Clifton, Jon. (19 de diciembre del 2012). *Latin Americans Most Positive in the World*. Gallup World. Recuperado de <http://www.gallup.com/poll/159254/latin-americans-positive-world.aspx#1>
- Del Risco, P. M. (2007). *SopORTE social y satisfacción con la vida en un grupo de adultos mayores que asisten a un programa para el adulto mayor*. (Tesis de maestría). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Recuperado de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/399/DEL_RISCO_AIRALDI_PATRICIA_SOPORTE_SOCIAL_SATISFACCION.pdf?sequence=1
- García, M. E. (2010). Apoyo social, satisfacción con la vida y salud en mujeres autóctonas e inmigrantes de Málaga. *Revista de Trabajo Social y Acción Social*, 48(3), 55-83. Recuperado de http://www.trabajosocialmalaga.org/archivos/revista_dts/48_03.pdf
- Giménez, M. (2010). *La medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes (VIA-Youth): Relación con clima familiar, psicopatología y bienestar psicológico*. (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España. Recuperado de <http://eprints.ucm.es/11578/1/T32253.pdf>
- Godoy I., D., Godoy G., J. F., López-Chicheri, I., Martínez, A., Gutiérrez, S. & Vázquez, L. (2008). Propiedades Psicométricas de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés (EAEAE). *Psicothema*, 20(1), 155-165. Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3442>

- González, D. (2012). *El acoso psicológico en el lugar de trabajo: epidemiología, variables psicosociales y repercusiones forenses*. (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España. Recuperado de <http://eprints.ucm.es/15361/>
- González, R., Montoya, I., Casullo M. M. y Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14(2), 363-368. Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?ID=733>
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista P. (2010). *Metodología de la investigación*. (5ª ed.). México: McGraw-Hill.
- Luna, A. C., Laca, F. A. & Mejía, J. C. (2011). Bienestar subjetivo y satisfacción con la vida de familia en adolescentes mexicanos de bachillerato. *Revista Psicología Iberoamericana*, 19(2), 17-26. Recuperado de http://www.iberopublicaciones.com/psicologia/articulo_detalle.php?id_volumen=2&id_articulo=41&id_seccion=17&active=16&pagina=13
- Mayordomo, T. (2013). *Afrontamiento resiliencia y bienestar a lo largo del ciclo vital*. (Tesis doctoral). Universidad de Valencia, Valencia, España. Recuperado de <http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/29244/tesis%20TMR.pdf?sequence=1>
- Organización de las Naciones Unidas (2013). *Los diez países más felices del mundo*. Recuperado de <http://www.infobae.com/2013/09/10/1507820-los-10-paises-mas-felices-del-mundo/>
- Padilla, N. & Díaz, R. (2011). Funcionamiento familiar, locus de control y patrones de conducta sexual riesgosa en jóvenes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16(2), 309-322. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/292/29222521007.pdf>
- Petrella, C. (2007). *Aportes del enfoque sistémico a la comprensión de la realidad*. (Tesis doctoral). Universidad de la República, Montevideo, Uruguay. Recuperado de <http://www.fing.edu.uy/catedras/disi/DISI/pdf/Teoriadesistemasaplicadaoorganizaciones.pdf>
- Polo, C. (2009). *Resiliencia: Factores protectores en adolescentes de 14 a 16 años*. (Tesis de licenciatura). Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina. Recuperado de http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/71/tesis-1426-resiliencia.pdf
- Romero, A. E., García-Mas, A. & Brustad, R. J. (2009). Estado del arte y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en psicología del deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(2), 335-347. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/805/80511496011.pdf>
- Vázquez, C., Hervás, G. & Ho, S. M. Y. (2006). Intervenciones clínicas basadas en la Psicología Positiva: Fundamentos y aplicaciones. *Psicología Conductual*, 14(3), 401-432. Recuperado de

http://pendientedemigracion.ucm.es/info/psisalud/carmelo/PUBLICACIONES_pdf/2006-Intervenciones%20positivas%20%28Ps.%20Conductual%29.pdf

Saúde, 3(2), 13-22. Recuperado de <http://www.ciad.mx/archivos/desarrollo/publicaciones/PUBLICACIONES/Produccion%20Academica/Articulos/2012/181.pdf>

Vera, B. (2006). Psicología positiva: Una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del psicólogo*, 27(1), 3-8. Recuperado de <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1120.pdf>

Zimet, G., Dahlem, N., Zimet, S., & Farley, G. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41. Recuperado de http://www.researchgate.net/publication/20876408_Psychometric_characteristics_of_the_Multidimensional_Scale_of_Perceived_Social_Support/links/00463521b80e58228a000000

Vera, J. Á., Yañez, A. L., Grubits, S. & Batista, F. (2011). Variables asociadas al bienestar subjetivo en jóvenes universitarios de México y Brasil. *Revista de Psicología e*

Recibido: 16 de enero del 2016

Aceptado: 30 de junio del 2016