

EBP

Escala de Bienestar Psicológico



J. Sánchez-Cánovas



EBP

Escala de Bienestar Psicológico

José Sánchez-Cánovas

Catedrático de Personalidad, Evaluación y Tratamiento
Psicológicos. Universidad de Valencia



MANUAL

(4.^a edición, revisada)



hogrefe

Madrid, 2021

Cómo citar esta obra

Para citar esta obra, por favor, utilice la siguiente referencia:

Sánchez-Canovas, J. (2021). *EBP. Escala de Bienestar Psicológico*. (4.^a ed.). Hogrefe TEA Ediciones.

Nota. En la redacción de este manual se ha utilizado un lenguaje inclusivo para evitar la discriminación por razón de sexo. En este contexto, los sustantivos variables o los comunes acordados deben interpretarse en un sentido inclusivo de mujeres y varones, cuando se trate de términos de género gramatical masculino referidos a personas o grupos de personas no identificadas específicamente.

Copyright © 1998, 2007, 2013, 2021 by Hogrefe TEA Ediciones, S.A.U., España.

I.S.B.N.: 978-84-18745-13-3.

Depósito Legal: M-28219-2021.

Quedan rigurosamente prohibidas bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	5
FICHA TÉCNICA	7
1. DESCRIPCIÓN.....	9
1.1. Características generales	9
1.2. Materiales	11
2. NORMAS DE APLICACIÓN Y CORRECCIÓN.....	13
2.1. Instrucciones generales de aplicación	13
2.2. Normas de corrección	14
2.3. Corrección <i>online</i> mediante TEAcorrige	14
3. JUSTIFICACIÓN ESTADÍSTICA.....	17
3.1. Análisis durante la fase experimental de elaboración de los cuestionarios.....	17
3.1.1. Subescala Bienestar psicológico subjetivo	17
3.1.2. Subescala Bienestar material	19
3.1.3. Subescala Bienestar laboral	20
3.1.4. Subescala Relaciones con la pareja.....	21
3.2. Análisis estadísticos a partir de la versión definitiva.....	22
3.2.1. Estructura interna de la escala total	22
3.2.2. Estudio específico de cada subescala	30
4. NORMAS DE INTERPRETACIÓN.....	35
4.1. Muestra de tipificación.....	35
4.2. Escala combinada.....	39
4.3. Escala ponderada	41
4.4. Interpretación normativa de las puntuaciones.....	45
4.5. Baremos disponibles	46
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	47

FICHA TÉCNICA

Nombre:	EBP. <i>Escala de Bienestar Psicológico</i> .
Autor:	J. Sánchez-Cánovas.
Procedencia:	Hogrefe TEA Ediciones (1988, 2007, 2013, 2021).
Aplicación:	individual y colectiva.
Ámbito de aplicación:	adolescentes y adultos con edades comprendidas entre los 17 y los 90 años. La escala de <i>Relaciones con la pareja</i> solo se aplicará a partir de los 26 años.
Duración:	variable, en torno a 20 minutos.
Finalidad:	evaluación del bienestar psicológico subjetivo, del bienestar material, del bienestar laboral y de las relaciones con la pareja.
Baremación:	baremos en percentiles por rango de edad y sexo para cada escala. Actualmente, los baremos para el rango de 17-25 años no ofrecen percentiles para las puntuaciones Par, BIE y PON; y los baremos para el rango de 65-90 años no ofrecen percentiles para las puntuaciones Lab, BIE y PON.
Material:	manual, cuadernillo, hoja de respuestas y clave de acceso (PIN) para la aplicación o corrección por Internet.
Formato de aplicación:	papel u <i>online</i> .
Modo de corrección:	<i>online</i> .
Lenguas disponibles para la evaluación:	español.



1. DESCRIPCIÓN

1.1. Características generales

La EBP, *Escala de Bienestar Psicológico*, consta de 65 ítems, con valoraciones que van desde 1 hasta 5. En un principio, se incluyó dentro del *Inventario de Felicidad de Oxford* (*Oxford Happiness Inventory*; Argyle et al., 1989), pero posteriormente se separaron ambos cuestionarios. Los ítems fueron redactados específicamente por el equipo de investigación teniendo en cuenta los datos aportados por el propio estudio. Algunos autores distinguen entre dos medidas del bienestar psicológico: una propiamente psicológica y otra referida al bienestar material.

Con objeto de lograr una mayor especificación se añadieron también 10 ítems referidos al bienestar laboral y 15 a las relaciones de pareja como integrantes de la escala total. De este modo, se han diferenciado cuatro subescalas: *Bienestar psicológico subjetivo*, *Bienestar material*, *Bienestar laboral* y *Relaciones con la pareja*.

Aun cuando los dos primeros cuestionarios deben ser siempre aplicados conjuntamente (e incluso aparecen editados con numeración consecutiva), cabe hacer una estimación independiente de cada una de las subescalas y, por ello, se ofrecen baremos por separado.

En los casos en que resulte procedente la aplicación de las cuatro puede obtenerse, además de las valoraciones específicas, una puntuación global a la que todas ellas contribuyen (escala combinada de Bienestar psicológico) o una puntuación ponderada a partir de los ítems con mayor valor discriminativo (escala ponderada). En el apartado de "Normas de interpretación" se ofrecen datos complementarios sobre estas dos últimas escalas.



A) Subescala Bienestar psicológico subjetivo

La mayor parte de los autores distinguen entre la satisfacción con la vida, por un lado, y el afecto positivo y negativo, por otro, como componentes del bienestar psicológico.

En este estudio distinguimos también entre felicidad y los aspectos positivos y negativos. La escala que hemos denominado *Bienestar psicológico* se refiere a la felicidad, mientras que la identificada como *Afecto* incluye la afectividad positiva y la negativa. Esta distinción se basa en la investigación de Argyle *et al.* (1989), Argyle y Lu (1990) y Furnham y Brewin (1990) ya que mientras que existen medidas sinónimas psicométricamente válidas de la infelicidad y del afecto negativo, no las hay de la felicidad, exceptuando el *Inventario de Felicidad de Oxford* (Argyle *et al.*, 1989). La escala hace referencia a la felicidad o al bienestar; es decir, a mayor puntuación, mayor percepción subjetiva de bienestar. Las instrucciones subrayan que se explora la etapa concreta vital que está atravesando la persona evaluada en cuestión (adolescencia, juventud, mediana edad, vejez, etc.).

B) Subescala Bienestar material

Los cuestionarios de *Bienestar material* se basan, generalmente, en los ingresos económicos, las posesiones materiales cuantificables y otros índices semejantes. En la escala que aquí se presenta se han incluido 10 ítems relativos al bienestar material, pero según la percepción subjetiva de cada persona y no según índices externos. Al hacerlo así, hay una congruencia total con los ítems referidos al bienestar psicológico como tal.

C) Subescala Bienestar laboral

El bienestar o la satisfacción laboral guarda una estrecha relación con la satisfacción general, unida a la del matrimonio y la familiar (Argyle, 1992). Benin y Nienstedt (1985) descubrieron que si la felicidad matrimonial era la mayor fuente de felicidad, la insatisfacción laboral era la mayor causa de infelicidad. Teniendo en cuenta estos datos, Argyle (1992) concluyó que la satisfacción laboral es una fuente más importante de insatisfacción y preocupaciones que de satisfacción.

Hemos visto que la satisfacción laboral es un componente importante de la satisfacción general y esta lo es de la salud en su sentido global y completo. En contraposición, la insatisfacción laboral es una de las principales fuentes del estrés en el trabajo. El estrés laboral parece ser el producto de las características del ambiente laboral que se convierten en una amenaza para el individuo. Esta amenaza puede deberse bien a las exigencias excesivas del trabajo o a las insuficientes ayudas para satisfacer las necesidades del trabajador, como un salario inadecuado, la insatisfacción y la falta de oportunidades de promoción (Rice, 1987).



D) Subescala Relaciones con la pareja

La mayor parte de los estudios consideran que las relaciones satisfactorias entre los miembros de una pareja son uno de los componentes importantes del bienestar general, de la felicidad. Muchos estudios sobre las relaciones de pareja se han centrado en las relaciones matrimoniales y, dentro de estas, en el concepto de ajuste conyugal. Una de las escalas más utilizadas en la investigación ha sido la *Locke-Wallace Marital Adjustment Scale* (Locke y Wallace, 1959). Locke y Wallace definieron el ajuste conyugal como “la acomodación mutua del esposo y la esposa en una etapa concreta” (pág. 251).

1.2. Materiales

- **Manual.**
- **Cuadernillo** que contiene las cuatro subescalas. Las dos primeras (*Bienestar psicológico subjetivo* y *Bienestar material*) aparecen con una numeración consecutiva y se aplicarán siempre conjuntamente. Las escalas *Bienestar laboral* y *Relaciones con la pareja* van precedidas de sus propias instrucciones y sus items se han numerado independientemente para facilitar su posible aplicación por separado.
- **Hoja de respuestas** en la que la persona evaluada deberá anotar todas las contestaciones a la prueba.
- **Hoja con la clave de acceso (PIN) para la corrección por Internet.** Esta hoja contiene el código que permite realizar la corrección *online* de la EBP en la plataforma TEAcorrige, así como unas breves instrucciones sobre el acceso y el uso de este sistema de corrección. Al adquirir el juego completo de la EBP o un kit de corrección, se le facilitará un PIN que le permitirá corregir por Internet tantos casos como usos haya adquirido. De esta forma, podrá corregir la prueba introduciendo las respuestas de la persona evaluada en la plataforma y el sistema proporcionará de forma automática e inmediata un perfil gráfico con cada una de las puntuaciones de la EBP.

La aplicación de la EBP también se encuentra disponible en formato *online*, con usos específicos que permiten utilizar esta modalidad de aplicación⁽²⁾.

(2) En caso de que desee más información a este respecto, contacte con su representante de Hogrefe TEA Ediciones para que pueda informarle.

LA VISUALIZACIÓN
DE ESTAS PÁGINAS
NO ESTÁ DISPONIBLE.

Si desea obtener más información
sobre esta obra o cómo adquirirla consulte:

www.teaediciones.com





EBP

Escala de Bienestar Psicológico

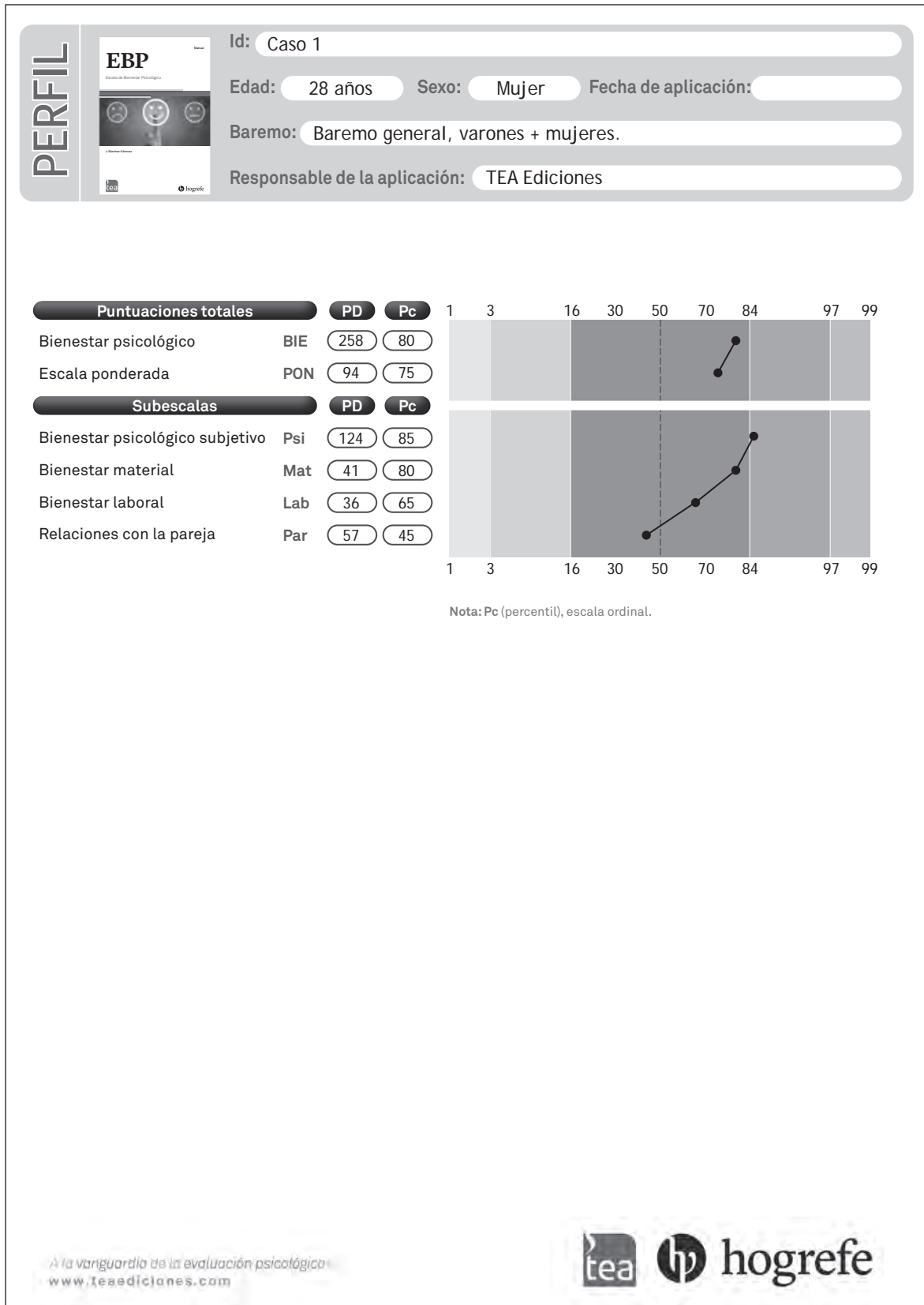


Figura 2.1. Perfil ilustrativo de la EBP

LA VISUALIZACIÓN
DE ESTAS PÁGINAS
NO ESTÁ DISPONIBLE.

Si desea obtener más información
sobre esta obra o cómo adquirirla consulte:

www.teaediciones.com



La **EBP**, *Escala de Bienestar Psicológico*, permite valorar el grado de bienestar general de una persona a partir de la información subjetiva acerca de su nivel de satisfacción en distintos ámbitos de su vida. La prueba incluye cuatro subescalas: Bienestar psicológico subjetivo, Bienestar material, Bienestar laboral y Relaciones con la pareja.

Estas subescalas pueden ser aplicadas por separado (salvo las dos primeras, que se aplican siempre juntas) o de forma conjunta. De esta forma, la EBP permite obtener de una forma rápida y breve una valoración específica del **nivel de bienestar general** de la persona y del nivel de satisfacción con sus ingresos económicos y bienes materiales, con su trabajo y con la relación con su pareja, aspectos todos ellos íntimamente relacionados con el bienestar psicológico general de una persona.

Grupo Editorial Hogrefe

Göttingen · Berna · Viena · Oxford · París
Boston · Ámsterdam · Praga · Florencia
Copenhague · Estocolmo · Helsinki · Oslo
Madrid · Barcelona · Sevilla · Bilbao
Zaragoza · São Paulo · Lisboa

www.hogrefe.es

ISBN 978-84-18745-13-3

