

Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios¹

María de los Ángeles Páramo², Cristina Mariana Straniero³
Claudia Silvina García⁴, Norma Mariana Torrecilla⁵
Eduardo Escalante Gómez⁶

Universidad del Aconcagua, Mendoza (Argentina)

Recibido: 18/03/2011 Revisado: 23/09/2011 Aceptado: 16/12/2011

Resumen

Objetivo. Este estudio mide el grado de bienestar psicológico (BP), su relación con rasgos de personalidad y los objetivos de vida (OV) de estudiantes de psicología, ya que investigaciones indican que la categoría de personalidad y OV de las personas están relacionadas con la autopercepción del BP. Este estudio se abordó desde la teoría de T. Millon, siendo su objetivo establecer la relación existente entre dimensiones de bienestar psicológico y estilos de personalidad en estudiantes universitarios, así como analizar sus objetivos de vida. **Método.** Se empleó un diseño transversal con metodología descriptiva y correlacional. Para ello, se administró la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos [Bieps-A] (Casullo, 2002), Escala de Little (1983, adaptación local) e Inventario Millón de Estilos de Personalidad [MIPS] (Adaptación Casullo y Castro-Solano, 1997) a una muestra de 366 estudiantes de la carrera de Psicología, de ambos sexos, con una edad promedio de 21 años. Los resultados fueron analizados con base en cuatro dimensiones del BP: aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos. Concretamente, se estudió la correlación entre las dimensiones de BP con las tres áreas de los rasgos de personalidad: metas motivacionales, modos cognitivos y conductas interpersonales. Se realizaron análisis descriptivos de los OV y análisis de correspondencias múltiples para los demás datos recogidos. **Resultados.** Se presentaron correlaciones positivas y negativas entre rasgos de personalidad y dimensiones de BP. Se describen OV relevantes. **Conclusión.** Se apoya la hipótesis de asociación del bienestar psicológico con estilos de personalidad.

Palabras clave. Bienestar psicológico, objetivos de vida, estilos de personalidad.

¹ Proyecto de investigación del cual se deriva el manuscrito presentado: "Bienestar psicológico, objetivos de vida y estilos de personalidad en estudiantes universitarios". Proyecto 2010-2011 del Instituto de Investigaciones Psicológicas, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina.

² Doctora en Psicología Clínica y de la Salud. Universidad de Salamanca, España. Profesora de la Facultad de Psicología e investigadora principal del Instituto de Investigaciones Psicológicas, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina. Correspondencia: tanteparamo@yahoo.com

³ Licenciada en Psicología. Magíster en Psicoanálisis Teórico. Profesora de la Facultad de Psicología e investigadora del Instituto de Investigaciones Psicológicas, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina. Correspondencia: cmstraniero@hotmail.com

⁴ Licenciada en Psicología. Profesora de la Facultad de Psicología e investigadora del Instituto de Investigaciones Psicológicas, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina. Correspondencia: laudiagarcia646@yahoo.com.ar

⁵ Licenciada en Psicología. Doctora en Psicología. Profesora de la Facultad de Psicología e investigadora del Instituto de Investigaciones Psicológicas, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina. Correspondencia: maritorrecilla@yahoo.com.ar

⁶ Licenciado en Lingüística y Literatura. Licenciado en Educación. Magíster en Ciencias Sociales. Director del Instituto de Investigaciones Psicológicas, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina, hasta julio de 2011.

Abstract

Objective. This study measures the degree of psychological well-being (PW), its relation with personality traits and the aims of life (AL) of Psychology students. One of the main factors that contributes to the PW is personality. Investigations show that people's AL are closely connected with the self perception of the PW. This study will be approached from T. Millon's theory and its general aim is to establish the existing relation between subjective well-being and personality styles in university students, and to analyze their Life objectives.

Method. Transversal design with descriptive and correlational methodology. The Scale of Psychological Well-being for Adults [Bieps - A] (Casullo, 2002), Scale of Little's (1983, local adjustment) and Millon's Inventory of Personality Styles [MIPS] (Adjustment Casullo & Castro-Solano, 1997) were administered to a sample of 366 psychology students, both sexes, with an average age of 21 years, SD 3,90 (range 19-46 years old). The results are analyzed on the basis of four dimensions of the PW: acceptance / control, autonomy, bonds and projects. The correlation with personality styles is studied in its 3 areas: Motivating Styles, Thinking Styles, Behaving Styles. A multivariate exploratory analysis (analysis of multiple correspondences) is carried out. Life objectives are descriptively analyzed. **Results.** Positive and negative correlations between some personality styles and PW's dimensions were presented. Relevant aims of life are described. **Conclusions.** the hypothesis of the association of PW with the personality styles is supported.

Keywords. Psychological well-being; aims of life; personality styles.

Resumo

Escopo. Este estudo mede o grau de bem-estar psicológico (BP), sua relação com rasgos de personalidade e objetivos de vida (OV) de estudantes de Psicologia, já que pesquisas indicam que a categoria de personalidade e OV das pessoas está relacionada com a auto percepção do BP. Este estudo foi abordado desde a teoria de T. Millon, sendo seu escopo estabelecer a relação existente entre dimensões de bem-estar psicológico e estilos de personalidade em estudantes universitários, assim como analisar seus objetivos de vida. **Metodologia.** Foi usado um desenho transversal com metodologia descritiva e co-relacional. Para isto, foi administrada a Escala de Bem-estar Psicológico para Adultos [Bieps-A] (Casullo, 2002), Escala de Little (1983, Adaptação local) e Inventário Millon de Estilos de Personalidade [MIPS] (Adaptação Casullo e Castro-Solano, 1997) a uma amostra de 366 estudantes da carreira de Psicologia, de ambos sexos com uma idade média de 21 anos. Os resultados foram analisados com base em quatro dimensões do BP: aceitação/controle, autonomia, vínculos e projetos. Em concreto, foi estudada a correlação entre as dimensões de BP com as três áreas dos rasgos de personalidade: Metas motivacionais, Modos cognitivos e Condutas interpessoais. Foram realizadas análises descritivas dos OV e análises de correspondências múltiplas para os outros dados coletados. **Resultados.** Houve correlações positivas e negativas entre rasgos de personalidade e dimensões de BP. Foram descritos OV relevantes. **Conclusão.** É apoiada a hipóteses de associação do bem-estar psicológico com estilos de personalidade.

Palavras chave. Bem-estar psicológico, objetivos de vida, estilos de personalidade.

Introducción

En las últimas décadas, los temas de bienestar psicológico, personalidad y objetivos de vida han sido investigados de manera sostenida pero aislada. Los diversos autores que han teorizado sobre este vasto tema aseguran que todavía no se sabe demasiado acerca de las relaciones entre personalidad y bienestar psicológico (Casullo,

2002). En cuanto al tema de objetivos de vida (OV), se ha demostrado su relación con diferentes variables asociadas al bienestar y personalidad del sujeto, (Geers, Wellman y Lassiter, 2009; Deci y Ryan, 2008; Mayser, Scheibe y Riediger 2008; Salmela-Aro y Wiese, 2006; Gore y Cross, 2006), siendo de sumo interés su estudio en estudiantes universitarios.

Por su parte, el *bienestar psicológico* (BP) es un tema por demás estudiado en numerosas investigaciones, tanto nacionales como internacionales. Las teorizaciones sobre este tópico son variadas, acuñando diversos términos tales como *bienestar subjetivo*, *felicidad*, *satisfacción vital*. El marco de referencia básico fue establecido por Bradburn, en 1969, quien operacionalizó el bienestar en términos de “afectos” positivos y negativos. Estos eran considerados una unión de sentimientos, humor y respuestas emocionales del individuo a una variedad de eventos placenteros y displacenteros de la vida cotidiana. De acuerdo con Bradburn, un sujeto puntuaría alto en BP si tuviera un exceso de afecto positivo sobre el afecto negativo (Bradburn citado en Diener y Emmons, 1984).

Hay autores que lo contemplan como un concepto de estructura unidimensional, ya sea que hablemos de satisfacción vital o bienestar subjetivo (Diener y Diener, 2009). Otros autores consideran el BP o felicidad como un constructo multidimensional que comprende elementos emocionales como cognitivos y que, por tanto, abarca diversos contextos en los cuales se desempeña una persona (Castro-Solano y Díaz-Morales, 2002; Casullo, 2002).

Ryff (1989) planteó el “Modelo de la Multidimensionalidad Constructural” o “*Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico*”. En 1985, junto a Keyes, planteó seis dimensiones en el modelo propuesto: auto-aceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. La primera dimensión, la autoaceptación, se entiende como la apreciación o actitud positiva de uno mismo, a pesar de las propias limitaciones. La segunda dimensión implica poder establecer relaciones estables con los demás, basadas en la confianza y en la capacidad de amar. La tercera dimensión, la autonomía, es considerada como la autodeterminación que posibilita a la persona no dejarse llevar por las presiones sociales y tomar el control de su propio comportamiento. La siguiente dimensión, el dominio del entorno, refleja la capacidad de la persona para manejar el medio, sintiéndose capaz de influir en el mismo, y adecuarlo a sus necesidades y deseos. El propósito en la vida se evidencia a través de metas concretas y realistas, que le otorgan sentido a las experiencias pasadas y futuras. La última dimensión, el crecimiento personal, se refiere a la puesta en marcha de estrategias para fortalecer las

propias capacidades y potencial, que derivan en un crecimiento y madurez del individuo.

Ryff (citado por Rangel-Alonso, 2010) plantea que el bienestar depende de ciertas variables como la edad, el género y la cultura de las personas. Este autor ha determinado que, a medida que los individuos alcanzan la edad adulta, poseen mayor autonomía, dominio del medio y perciben sentimientos positivos de crecimiento personal.

Por su parte, Veenhoven (1996b) considera que la satisfacción vital es un tema dentro de un campo más amplio como es la “calidad de vida”, denotándola con dos significados básicos: a) condiciones de vida dignas para un buen vivir, y b) la práctica de una buena vida entendida como tal. La “satisfacción vital” es uno de los indicadores de esta aparente calidad de vida.

Este concepto también ha sido estudiado en relación con otras variables tales como la valoración en las distintas culturas, el temperamento individual, o variables demográficas tales como edad, sexo, educación y estado civil. Para que el BP sea evaluado con consistencia y de una forma significativa debe ser entendido como un juicio que corresponde a un estado subjetivo que es estable y que está influenciado por factores tales como salud a largo plazo, condiciones de vida y rasgos de personalidad que influyen en los modos en los cuales el sujeto interactúa con el mundo (Diener y Lucas, 1997; Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, Dzokoto y Ahadi, 2002).

Uno de los hallazgos más relevantes ha sido que el bienestar subjetivo posee una fuerte relación con la personalidad (Diener y Lucas, 1997). Concretamente, se ha encontrado una tendencia en las personas emocionales, impulsivas y temerosas (neuroticismo) a experimentar mayor afectividad negativa. Por el contrario, Díaz-Morales y Sánchez-López (2002), caracterizan a las personas extravertidas como personas que experimentan un mayor afecto positivo. La reflexión y balance cognitivo entre afecto positivo y negativo, influido por los rasgos de personalidad, colaboran con la satisfacción con la vida de las personas. Estas ideas también son sostenidas en la investigación de Gable, Reis, Impett y Asher (2004) y en la de Robinson, Solberg, Vargas y Tamir (2003).

Se pueden identificar, en los estudios de BP, variables internas del sujeto (personalidad, metas, proyectos, valores) que han derivado en tres posturas teóricas: la primera, llamada teoría abajo-arriba o *bottom-up* en inglés, plantea que la satisfacción con

la vida va a depender de el conjunto de satisfacciones que se dan en cada dominio de vida, es decir, el bienestar en el matrimonio, los estudios, el trabajo, la familia; en su conjunto, ayuda a que las personas experimenten una sensación global de bienestar subjetivo. La segunda, indica que la satisfacción que se tenga con la vida va a determinar la satisfacción que se experimente en cada área vital (teoría de arriba-abajo o *top-down* en inglés). Esta teoría considera que la interpretación positiva o negativa que hagan las personas de sus experiencias de vida va a determinar su visión del mundo en los distintos contextos en donde se manejan. Por ello, afirma que el bienestar subjetivo es bastante estable en el tiempo y está poco afectado por los acontecimientos de la vida, ya que existe una relación entre el bienestar subjetivo y las características personales del sujeto. Considerando la carencia de resultados consistentes en las dos teorías anteriores, en donde se han encontrado trabajos que validan con resultados favorables ambos modelos, se ha creado una tercera perspectiva teórica que afirma que la relación planteada es bidireccional (Díaz-Morales y Sánchez-López, 2001, 2002).

Encontrar una explicación de por qué las personas están satisfechas con la vida, ha llevado a estudiar cuáles son los determinantes del bienestar, cuáles las causas y los efectos del mismo. De ello se deriva el interés de analizar la satisfacción, considerada el componente cognitivo del bienestar subjetivo y su relación con las variables de personalidad más estables o como un estado que presenta variaciones en los diferentes acontecimientos de la vida.

Castro-Solano y Sánchez-López (2000), aseguran que la percepción del BP y la calidad general de vida están relacionadas con el logro actual de los objetivos vitales en estudiantes universitarios. En su investigación, concluyeron que aquellos individuos que se perciben como más saludables psicológicamente, consideran que han tenido más logros vitales y esperan conseguir otras metas en un futuro. Habría una interdependencia entre salud física y psicológica y entre estas últimas con la satisfacción general con la propia vida. A su vez, esta satisfacción, junto con los vínculos satisfactorios con pares, lleva a determinar el logro actual de los objetivos de vida.

Los autores que han investigado la relación entre personalidad y BP aún no han podido establecer si esta relación es producto de determinantes ambientales, atribuibles al contexto, o si depende

de los componentes biológicos disposicionales (Casullo, 2002).

En cuanto al tema de OV, numerosas investigaciones han demostrado su relación con diferentes variables asociadas al bienestar y personalidad del sujeto, como con el optimismo (Geers et al., 2009); motivación, desarrollo y bienestar del ser humano (Deci y Ryan, 2008); con la autorregulación del desarrollo en la vida (Mayser et al., 2008); con el bienestar y motivación en el trabajo y en la familia (Salmela-Aro y Wiese, 2006); con razones de autonomía (Gore y Cross, 2006); y con la reducción del bienestar subjetivo y el incremento de síntomas psicósomáticos cuando estos no se logran (Baumann, Kakchel, y Kuhl, 2005). Para Sansinenea et al. (2008), el modelo teórico de autoconcordancia explica las relaciones existentes entre los objetivos vitales y el bienestar.

La vida de las personas está caracterizada por planes y metas vinculados entre sí, constituyendo su sistema personal de objetivos de vida. Se considera que la disminución de la discrepancia entre la situación presente y la situación ideal futura conlleva una conducta efectiva. Justamente, Castro-Solano y Díaz-Morales (2002) afirman que los objetivos de vida son valores de referencia que guían el comportamiento de los sujetos.

En el ámbito personal, los objetivos o proyectos de vida pueden considerarse como orientadores y determinantes de los valores vitales de cada individuo, sintetizando sus necesidades y aspiraciones. La autorrealización personal del sujeto es el resultado de la proyección de sus objetivos de vida en cada uno de sus ámbitos, reconstruyendo su experiencia pasada y resignificándola en el presente, gracias a los recursos psicológicos que le posibilitan su transformación y desarrollo (D'Ángelo, 2003).

Little (1983) y Emmons (1986,1992) afirman que existe una relación directa entre el bienestar, los planes personales, los objetivos y proyectos de vida. Consideran que el logro de los mismos aumenta el bienestar en la vida de las personas. Por su parte, Little (1983) también agrega que el grado en que los proyectos de vida se van logrando, la concreción de los mismos es determinante de la satisfacción vital; colocando este constructo como punto de anclaje con las variables de personalidad más estables. En otro de sus artículos más actuales, Little (2008) plantea que la calidad de vida se apoya sobre el propósito sostenido de cumplir con los proyectos personales.

Por otra parte, Salmela-Aro, Aunola y Nurmi (2007) estudiaron, durante 10 años, los cambios en los proyectos de vida de estudiantes universitarios, antes y después de haber completado sus estudios. Estos cambios se evidenciaron a lo largo del tiempo, al disminuir el compromiso con objetivos relacionados con la educación, los amigos y viajes, aumentando el compromiso con objetivos relacionados con la familia, el trabajo y la salud. Asimismo, Salmela-Aro (2010) ha examinado en el contexto del transcurso de la vida, desde la adolescencia a la adultez, la relación entre las metas personales y el bienestar.

La posible asociación entre variables de BP y personalidad y la descripción de OV es un tema de interés que puede ser abordado desde una perspectiva metodológica cuantitativa, realizando aportes útiles al campo de la Psicología de la Personalidad y de la Salud. Por ello, se ha establecido como hipótesis la existencia de una asociación entre las dimensiones de BP y algunos estilos de personalidad en los estudiantes universitarios.

Con esta investigación se pretende: 1) medir el bienestar psicológico de estudiantes universitarios; 2) describir el perfil de los estilos de personalidad en estudiantes universitarios, más precisamente sus metas motivacionales, modos cognitivos, y conductas interpersonales; 3) analizar los objetivos de vida de estudiantes universitarios; y 4) establecer la relación existente entre dimensiones de bienestar subjetivo y estilos de personalidad en estudiantes universitarios.

Método

Participantes

Se empleó una muestra intencional de 366 estudiantes universitarios solteros, de ambos sexos (mujeres $n=330$, varones $n=36$); con una edad promedio de 21 años, (rango 19-46 años) y nivel socioeconómico medio, quienes cursan 3º año de Psicología en una universidad de la provincia de Mendoza, Argentina.

Instrumentos

Se administraron los cuestionarios adaptación argentina del Inventario Millon de Estilos de Personalidad [MIPS] (Casullo y Castro-Solano, 1997), adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico para adultos, [Bieps-A] (Casullo,

2002) y Escala de Objetivos de Vida (Little, 1983, adaptación local).

Escala Bieps-A (Casullo, 2002)

La Escala de Evaluación del Bienestar Psicológico evalúa las siguientes dimensiones del constructo (Casullo, 2002,106):

Control de situaciones. Las puntuaciones altas indica que el sujeto tiene sensación de control y autocompetencia, puede crear o manipular contextos para adecuarlos a sus propias necesidades e intereses. En cambio, aquellos que presentan una baja sensación de control tienen dificultades para manejar los asuntos de la vida diaria, no se dan cuenta de las oportunidades y creen que son incapaces de modificar el ambiente.

Aceptación de sí mismo. Puede aceptar los múltiples aspectos de sí mismo, incluyendo los buenos y los malos. Se siente bien acerca del pasado. Si el sujeto obtiene un bajo puntaje, indica que está desilusionado respecto de su vida pasada, le gustaría ser diferente de cómo es y se siente insatisfecho consigo mismo.

Vínculos psicosociales. Si posee un puntaje alto, el sujeto es cálido, confía en los demás, puede establecer buenos vínculos, tiene capacidad de empatía y es afectivo. En caso contrario, tiene pocas relaciones con los demás, es aislado, se siente frustrado en los vínculos que establece y no puede mantener compromisos con los demás.

Autonomía. Cuando puntúa alto, el sujeto puede tomar decisiones de modo independiente, es asertivo y confía en su propio juicio. Las puntuaciones bajas indican que el individuo es emocionalmente inestable, depende de los demás para tomar decisiones y le preocupa lo que piensan los otros.

Proyectos. Indica que tiene metas y proyectos en la vida, considera que la vida tiene significado y posee valores que hacen que su vida tenga sentido. Las puntuaciones bajas indican que la vida carece de sentido y de significado, el sujeto tiene pocas metas y proyectos y no puede establecer propósitos.

La escala está compuesta por 13 ítems, los cuales pueden aplicarse en forma individual o grupal, de forma autoadministrada. Los sujetos

deben leer cada ítem y responder sobre lo que sintieron y pensaron durante el último mes. Las alternativas de respuesta son:

- De acuerdo (se asignan 3 puntos)
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo (se asignan 2 puntos)
- En desacuerdo (se asigna un punto).

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.

Interpretación de la escala. En puntuaciones inferiores al percentil 25 se considera que la persona posee un bajo nivel de bienestar psicológico en varias de sus áreas vitales. Un nivel de bienestar psicológico promedio se observa en puntuaciones mayores al percentil 50, indicando que el sujeto se siente satisfecho con distintos aspectos de su vida. Las puntuaciones correspondientes al percentil 95 indican un alto nivel de bienestar, señalando que el sujeto se siente muy satisfecho con su vida en general.

Propiedades psicométricas. La escala ha sido validada en Argentina en población adulta por Casullo (2002). En función del análisis factorial, la escala quedó conformada por cuatro factores que explicaban el 53% de la varianza de las puntuaciones. Los factores encontrados mediante el análisis fueron: proyectos, autonomía, vínculos y control de situaciones que aparecía solapado con aceptación de sí mismo, configurando un mismo factor. La confiabilidad total de la escala fue aceptable, alcanzando valores de 0.70. Si bien la confiabilidad de cada una de las escalas es menor (proyectos: 0.59; autonomía: 0.61; vínculos: 0.49 y control/aceptación: 0.46) los autores plantean que se debe fundamentalmente a la reducida cantidad de elementos (Casullo, 2002).

MIPS (Casullo, 1997)

El Inventario Millon de Estilos de Personalidad es un cuestionario autoadministrable de 180 ítems que describe 12 pares de rasgos, agrupados en tres grandes áreas: 1) metas motivacionales (orientación del individuo a obtener reforzamiento del medio)

apertura-preservación, modificación-acomodación, individualismo-protección; 2) modos cognitivos (estilos de procesamiento de información) extraversión-introversión, sensación-intuición, reflexión-afectividad, sistematización-innovación; y 3) conductas interpersonales (estilo de relación con los demás) retraimiento-comunicatividad, vacilación-firmeza, discrepancia-conformismo, sometimiento-control, insatisfacción-concordancia. Se trabaja con los puntajes prevalentes para estudiantes universitarios.

Propiedades psicométricas. Se toman como valores de referencia relacionados con la fiabilidad y validez del MIPS, los aportados por Sánchez-López y Aparicio-García (1998), Aparicio-García y Sánchez-López (1999) y Aparicio-García (2001), quienes refieren que el instrumento es adecuado para utilizarse en población argentina e hispana, en general. Estos autores reportan que la fiabilidad de la mayoría de las 24 escalas está próxima a 0.80, sugiriendo una adecuada consistencia interna del test.

Escala de Objetivos de Vida (Little, 1983; adaptación local)

La Escala de Little de Objetivos de Vida constituye un instrumento en el que se solicita a los participantes que recuerden objetivos concretos en los que se encuentren trabajando en la actualidad. Cada participante genera así su particular lista de máximo cinco objetivos, que responden a su plan personal. Cada participante pondera cada uno de sus objetivos mediante una escala tipo likert de cinco opciones de respuesta, que van desde mucho a muy poco y que permite efectuar comparaciones entre los diferentes individuos, sin perder la individualidad de sus respondientes. Esta escala no cuenta con estudios psicométricos de fiabilidad y validez estadística.

Procedimiento

Los instrumentos se aplicaron a los participantes que expresaron su consentimiento de participación anónima. La administración de las escalas fue realizada en una única sesión de 50 minutos en horario de clases, con tiempo de descanso de cinco minutos entre cada instrumento.

Posteriormente, se procedió a la evaluación de los cuestionarios y al procesamiento de los datos.

Inicialmente, se realizó un análisis descriptivo (frecuencias de puntajes directos de la variable BP y de los puntajes prevalentes del MIPS). Además, se calcularon correlaciones con el coeficiente Rho de Spearman entre estas variables mencionadas. Todos los estadísticos se calcularon mediante el paquete estadístico SPSS, versión 17 (SPSS, 2009).

Para los datos recogidos sobre la variable OV, se realizó un análisis de contenido categorial temático (Bardin, 1996), en donde se ubicaban los objetivos de los estudiantes en subcategorías, para luego generar un análisis de frecuencias y porcentajes en función de cada una de las siguientes categorías: estudios/carrera, familia, actividades extra-facultad, trabajo/profesión, aspectos personales, independencia económica, pareja, amistades y bienes materiales. Para este estudio, sólo se tuvo en cuenta la mención del objetivo, mas no su ponderación, por tratarse de un trabajo exploratorio-descriptivo.

Resultados

Relaciones entre rasgos de personalidad y las dimensiones del BP

De acuerdo con el objetivo principal de esta investigación, de determinar las asociaciones entre BP y estilos de personalidad, se aplicó el coeficiente de correlación *Rho de Spearman*. Se empleó el coeficiente de Spearman, ya que las variables cuantitativas no presentaron distribuciones normales.

En la Tabla 1, se presentan las asociaciones que resultaron significativas entre los estilos de personalidad (metas motivacionales: apertura-preservación, modificación-acomodación, individualismo-protección) y las dimensiones del BP (aceptación/control, autonomía, vínculos, proyectos). Se destaca que las asociaciones halladas resultaron significativas al nivel de 0.01 (**) y 0.05 (*).

Tabla 1

Correlaciones entre las variables de Bieps-A (aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos) y metas motivacionales del MIPS

	Acep/Ctrl.	Auton.	Vínc.	Proy.	Aper.	Pres.	Modif.	Acom.	Ind.	Prot.
Acep/Ctrl		.229 *		.202 *	.242 *	-.302 *	.170 *	-.214 *		
Auton.	.229 *		.106 *	.127 *	.243 *	.264 *	.255 *	.303 *	.360 *	-.111*
Vínc.		.106 *			.296 *	-.197 *				.136 *
Proy.	.202 *	.127 *			.183 *	-.186 *	.217 *	-.260 *		
Aper.	.242 *	.243 *	.296 *	.183 *		-.777*	.273 *	-.317 *	.146 *	
Pres.	-.302 *	-.264 *	-.197 *	-.186*	-.777*		-.143*	.335*		
Modif.	.170 *	.255 *		.217 *	.273 *	-.143*		-.774*	.454*	
Acom.	-.214 *	-.303*		-.260*	-.317*	.335*	-.774*		-.86*	
Ind.		.360*			.148 *		.454*	-.286*		-.425*
Prot.		-.111*	.136 *							

(*) La correlación es significativa al nivel 0.05 (bilateral)

Estos resultados demuestran que la dimensión de apertura se relaciona positivamente y de manera significativa con aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos. La dimensión de preservación se correlaciona negativamente y de manera significativa con aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos. Por su parte, modificación se relaciona positivamente con aceptación/control, autonomía y proyectos. Entre tanto, acomodación

se asocia negativamente con las mismas variables descritas anteriormente, aceptación/control, autonomía y proyectos. La dimensión de individualismo solamente se relaciona positiva y significativamente con autonomía, mientras que protección se asocia de manera significativa y negativamente con autonomía y de manera significativa y positivamente con vínculos.

A pesar de que Millon (1990) afirma que un buen funcionamiento personal no está necesariamente asociado con el rasgo de protección, en estos resultados se observa la asociación positiva y significativa del mismo con vínculos, lo que sería esperable.

En la Tabla 2, se presentan las asociaciones que resultaron significativas entre los estilos de

personalidad de modos cognitivos (extraversión-introversión, sensación-intuición, reflexión-afectividad, sistematización-innovación) y las dimensiones del BP. Se destaca que las asociaciones halladas resultaron significativas al nivel de .01 (**) y .05 (*).

Tabla 2

Rho de Spearman. Modos cognitivos del MIPS: extraversión-introversión, sensación-intuición, reflexión-afectividad, sistematización-innovación. Bieps-A: aceptación-control, autonomía-vínculos, proyectos

	Extrv.	Introv.	Sens.	Intuic.	Reflex.	Afect.	Sist.	Acep/Ctrl.	Aut.	Vínc.	Proy.
Extrav.		-.682*		.155*		.212*		.105*	.170*	.391*	.127*
Introv.	-.682*			.123*	.163*			-.183*	-.130*	-.306*	-.129*
Sens.				-.775*	.264*	-.380*	.363*	.159*	.207*		.170*
Intuic.	.155*	.123*	-.775*		-.308*	.629*	-.337*	-.189*	-.137*	.115*	-.149*
Reflex.		.163*	.284*	-.308*		-.661*	.290*		-.137*		
Afect.	.212*		-.380*	.629*	-.661*		-.193*		-.137*		
Sist.			.363*	-.337*	.290*	-.193*		.225*	.138*		.212*
Acep/Ctrl.	.105*	-.183*	.159*	-.189*			.229*		.229*		.202*
Aut.	.170*	-.130*	.207*	-.137*	.142*	-.167*		.229*			
Vínc.	.391*	-.306*			-.137*	.139*					
Proy.	.127*	-.129*	.170*	-.149*			.202*	.127*			

(*) La correlación es significativa al nivel 0.05 (bilateral)

Respecto a modos cognitivos, se encuentra que la dimensión de extraversión se relaciona positiva y de manera significativa con aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos. Por otro lado, introversión lo hace negativa y significativamente con aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos. La dimensión de sensación se asocia significativamente y de manera positiva a aceptación/control, autonomía y proyectos. Por su parte, intuición tiene relación negativamente y de manera significativa con aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos. Reflexión se relaciona positivamente con autonomía y negativamente con vínculos. Igual lo hace la dimensión de afectividad, de manera significativa y de forma negativa con autonomía y positivamente

a vínculos. Sistematización se asocia positivamente y de forma significativa con aceptación/control, autonomía y proyectos.

En función de lo planteado por Millon (1990) acerca del buen funcionamiento personal, se refleja una coincidencia en nuestros datos en el rasgo de extraversión y su correlación positiva y significativa con aceptación/control, autonomía y vínculos. Igualmente, ocurre con los rasgos de introversión e intuición y su correlación negativa y significativa con aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos, y el rasgo afectividad con respecto a autonomía. Por el contrario, este último rasgo presenta una correlación positiva con vínculos, lo que resulta atípico teniendo en cuenta las bases teóricas planteadas por Millon.

Las asociaciones significativas entre los estilos de personalidad de conductas interpersonales (retraimiento-comunicatividad, vacilación-firmeza, discrepancia-conformismo, sometimiento-control,

insatisfacción-concordancia) y las dimensiones del BP son presentadas en las tablas 3 y 4. Se reportan las asociaciones significativas al nivel de 0.01 (**) y 0.05 (*).

Tabla 3

Rho de Spearman. Conductas interpersonales del MIPS: retraimiento-comunicatividad, vacilación-firmeza, discrepancia-conformismo. Bieps-A: aceptación-control, autonomía-vínculos, proyectos

	Común	Retrai	Vacil	Firm	Disc	Conf	Acep/Ctrl	Auton.	Vínc.	Proy
Común.		-.588*	-.593*	.724*		.346*		.237*	.311*	.190*
Retrai.	-.588*		.540*	-.327*	.346*	-.222*	-.193*	-.106*	-.422*	-.202*/
Vacil.	-.593*	.540*		-.700*	.185*	-.210*	-.254*	-.378*	-.298*	-.170*
Firm.	.724*	-.327*	-.700*			.341*		.437*	.179*	.225*
Disc.		.346*	.185*			-.396*	-.212*	-.120*	-.147*	-.245*
Conf.	.348*	-.222*	-.219*	.341*	-.398*		.258*			.291*
Acep/Ctrl.		-.192*	-.254*		-.212*	.258*		.229*		.202*
Auton.	.237*	-.106*	-.378*	.437*	.120*		.229*		.106*	.127*
Vínc.	.311*	-.422*	-.298*	.179*	-.147*			.106*		
Proy.	.190*	-.202*	-.170*	.225*	-.245*	.291*	.202*	.127*		

(*) La correlación es significativa al nivel 0.05 (bilateral)

Tabla 4

Rho de Spearman. Conductas interpersonales del MIPS: sometimiento-control, insatisfacción-concordancia. Bieps-A: aceptación-control, autonomía-vínculos, proyectos

	Acep/ Ctrl.	Auton.	Vínc.	Proy.	Somet.	Ctrl.	Insat.	Conc.
Acep/Ctrl.		.223*		.200*	-.280*		-.286*	
Auton.	.223*			.132*	-.287*	.36*		.312*
Vínc.					-.114*		-.182*	
Proy.	.200*	.132*			-.450*	.148*	-.328*	
Somt.	-.280*	-.287*	-.114*	-.450*		-.408*	.600*	.309*
Ctrl.		.361*		.146*	-.408*		.156*	-.712
Insat.	.286*		-.182*	-.328*	.600*	.156*		-.251*
Conc.		-.312*			.309*	-.712*	-.251	

(*) La correlación es significativa al nivel 0.05 (bilateral)

Así, se encuentra que la dimensión de retraimiento presenta una relación significativa y negativa con aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos. Por su parte, comunicatividad

se relaciona positivamente con autonomía, vínculos y proyectos. Así como, vacilación evidencia una relación significativa y negativa con aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos. Firmeza

se asocia de forma significativa y positiva con aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos. La dimensión de discrepancia se relaciona de forma negativa con aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos. Por otro lado, conformismo evidencia relaciones significativas y positivas con aceptación/control y proyectos. En el par de polaridades de sometimiento-control se presenta una significativa asociación negativa entre sometimiento y aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos; mientras que control se asocia positivamente con autonomía y proyectos. Finalmente, en el par insatisfacción-concordancia se evidencia una relación negativa y significativa entre insatisfacción y aceptación/control, vínculos y proyectos. La asociación entre *concordancia* y autonomía resultó negativa.

En relación con el área de conductas interpersonales, Millon (1990) considera dentro de un buen funcionamiento personal la correlación positiva del rasgo de firmeza. Esto está plenamente confirmado por nuestros hallazgos, ya que este rasgo se asoció positivamente con todas las dimensiones del BP (aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos).

Por otro lado, para Millon (1990) es esperable una correlación negativa de los rasgos de retraimiento, vacilación, discrepancia y sometimiento, cuya asociación encontramos fue negativa para todas las dimensiones del BP. El autor también establece que la dimensión de insatisfacción se asocia con el buen funcionamiento personal; en el caso de este estudio, esta dimensión correlacionó con todas las variables de BP, excepto autonomía. Además, los resultados obtenidos demuestran una correlación negativa entre el rasgo de concordancia y autonomía, siendo esperable con base en las observaciones empíricas realizadas.

Objetivos de vida en estudiantes universitarios

Se presenta el análisis de los mayores porcentajes de los objetivos de vida elegidos por los estudiantes en cada dimensión o categoría temática (estudios/carrera, familia, actividades extrafacultad, trabajo/profesión, aspectos personales, independencia económica, pareja, amistades, bienes materiales), sin tener en cuenta el orden jerárquico adjudicado por los respondientes (figura 1).

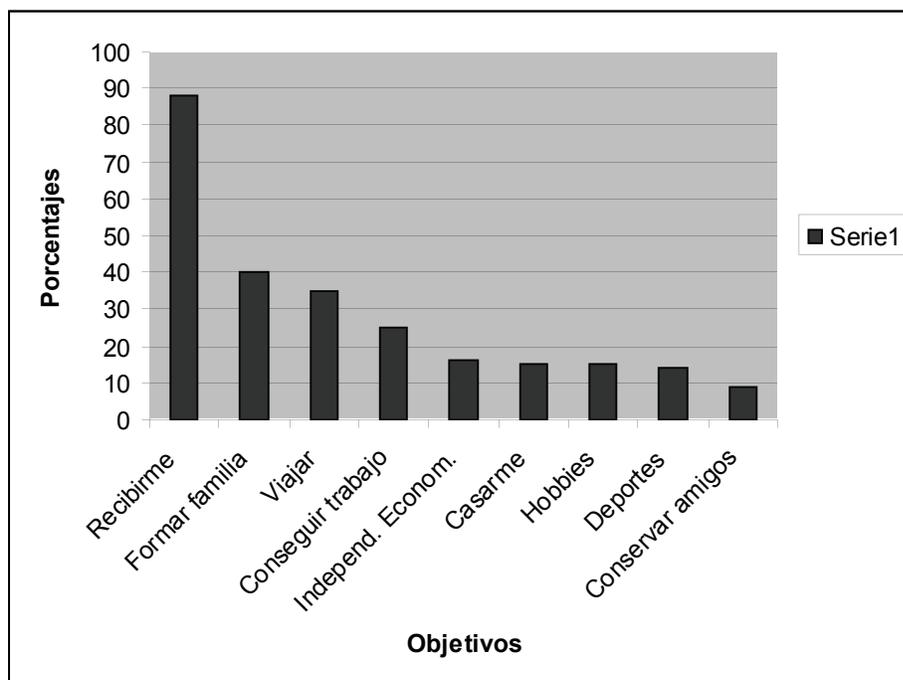


Figura 1. Objetivos de vida: mayores porcentajes en cada categoría temática.

En cuanto a los objetivos de vida más elegidos por los estudiantes de psicología ($n = 366$) se destacó, en primer lugar, el de recibirme (graduarme) dentro de la dimensión estudios/carrera, con un 88% de puntuaciones. Como objetivo a corto plazo, y que posibilita el logro del primer objetivo, sobresale el aprobar materias. En la dimensión familia, se observó la importancia concedida a formar una familia (40%), tanto como el poseer bienestar familiar (18%). En la dimensión pareja, el objetivo más elegido fue casarme/vivir en pareja, con un 15% de elección por parte de los estudiantes que participaron en este estudio. En lo que respecta a la dimensión amigos, conservar a mis amigos ha sido un objetivo de importancia en el 9% de la muestra. Entre tanto, los objetivos de conseguir trabajo (25%) y ser buen/a profesional (15%) se destacaron como los objetivos más seleccionados en la categoría trabajo/profesión. Por otra parte, los estudiantes encuestados destacan como objetivos el tener independencia económica (16% de selección) y el deseo de irse a vivir solo (7% de escogencia).

Un 8% de los estudiantes quieren acceder a una casa propia, mientras que un 5% quiere comprarse un auto. Además, los universitarios participantes en este estudio resaltan como otros objetivos importantes: viajar (35%), realizar hobbies (15%) y practicar ejercicios físicos o deporte (14%). En la dimensión de aspectos personales, destacó el objetivo de mejorar o cambiar aspectos personales (23%).

Discusión

Esta investigación se orientó a explorar y describir las relaciones entre el BP y los estilos de personalidad de alumnos universitarios, así como a describir los OV principales en esta etapa de su ciclo vital.

Los resultados obtenidos en este trabajo demuestran que el BP se encuentra asociado a características de personalidad, relativamente estables en tiempo y espacio situacional. En este sentido, conviene destacar los resultados que hemos hallado al respecto.

Los datos empíricos permiten sustentar la idea de que existen algunos rasgos de personalidad asociados directamente al BP. Concretamente, en el área de metas motivacionales, la apertura, modificación e individualismo se asocian positivamente con la autonomía. Esta variable es la dimensión del bienestar que se relaciona

directamente con las polaridades de la personalidad implicadas en la búsqueda de reforzadores en el medio.

Entre tanto, los rasgos de preservación, acomodación y protección se asocian negativamente con el logro de la autonomía como parte del BP.

Es interesante observar que el rasgo de preservación, esto es, tener como motivación evitar el displacer, se asocia negativamente a todas las dimensiones del BP. Por su parte, vínculos es la única de las dimensiones del BP que se asocia positivamente con protección, lo que indicaría una tendencia importante a anteponer las necesidades y oportunidades de otros significativos, a las propias.

En el área de los modos cognitivos se destaca la asociación positiva entre extraversión y todas las dimensiones del BP, mientras que introversión correlaciona negativamente con las mismas. Parecería que el procesamiento de la información, ligado a un contexto interpersonal y social de apoyo, se relacionaría directamente con el aumento del BP. Un patrón similar se observa en el par intuición-sensación. La información derivada de lo tangible y lo concreto permite una mayor autonomía psicológica (sostener la propia individualidad en diferentes contextos sociales, asentarse en las propias convicciones), que cuando se trabaja con información derivada de lo intuitivo e intangible, o aquella que se deriva de las propias reacciones afectivas (afectividad).

Por otra parte, los resultados evidencian que el manejo del conocimiento con características analíticas (reflexión) se asocia negativamente con el mantener buenos vínculos interpersonales; mientras que los juicios cognitivos guiados por metas y valores (afectividad) y con características de creatividad (innovación) se asocian positivamente con la capacidad de mantener relaciones positivas con otras personas (vínculos).

Por último, aquellos que buscan y trasforman la información de un modo organizado, predecible, adecuando los conocimientos nuevos a los ya conocidos (sistematización) tenderían a sentirse bien consigo mismos. Es más, siendo conscientes de las propias limitaciones (aceptación/control), sostendrían la propia individualidad (autonomía) y definirían objetivos que les permitirían dotar su vida de un cierto sentido (proyectos).

En relación con las conductas interpersonales (estilos de interactuar y relacionarse con los demás), los datos sugieren un perfil distintivo. Los estilos de personalidad que denotan atención en las

relaciones sociales, vivacidad ante las situaciones que enfrentan, ambición, y seguridad en sí mismas; autodominio, respeto en la relación con la autoridad, cooperativismo, competitividad, y hasta agresividad social (comunicatividad, firmeza, conformismo, control) se asociarían positivamente con el BP. Por el contrario, aquellos estilos más cercanos a la falta de emotividad e indiferencia social, timidez ante las situaciones sociales, temerosidad frente al rechazo social, desconfianza, tendencia al aislamiento o a fracasar en emprendimientos, aunque posean la capacidad necesaria para realizarlos, inconformistas y retadores de las normas sociales (retraimiento, vacilación, discrepancia, sometimiento) se asociarían negativamente con el bienestar psicológico.

Esto podría relacionarse con el estudio de Díaz-Morales y Sánchez López (2002) en el que se plantea que las personas con neuroticismo tenderían a experimentar mayor afectividad negativa (opuesto al BP), mientras que las personas que son extravertidas experimentan mayor afecto positivo.

Las asociaciones obtenidas en esta investigación resultan congruentes con el modelo bipolar de personalidad aquí considerado, observándose que el BP difiere según los rasgos de personalidad, lo cual contribuye a la consistencia empírica del modelo teórico de Millon (2001).

Asimismo, estas asociaciones obtenidas entre los estilos de personalidad y dimensiones del BP llevan a reflexionar acerca de las implicaciones en la vida de las personas, especialmente, de estudiantes universitarios y la importancia de desarrollar programas de promoción del bienestar psicológico como un gran aporte al área de la Psicología de la Salud.

Por otra parte, la importancia de contar con objetivos de vida, tal como se ha evidenciado en esta muestra de estudiantes universitarios, ha sido planteada por autores como Castro-Solano y Díaz-Morales (2002) y D'Ángelo (2003). Los datos recogidos resaltan, en la categoría de estudios y carrera, que el 88% de los participantes tienen como principal objetivo recibirse o graduarse. Estos datos concuerdan con la investigación llevada a cabo por Castro-Solano y Sánchez-López (2000), quienes mencionan que uno de los objetivos de vida relevantes para la población de estudiantes es finalizar su carrera universitaria.

El segundo objetivo de vida más importante para los alumnos, tanto hombres como mujeres, es

formar una familia (40%). Nuevamente, este dato concuerda con las investigaciones realizadas por Castro-Solano y Sánchez-López (2000), quienes afirman que el área familiar resulta ser una de las áreas vitales, que los sujetos consideran dentro de sus metas personales más importantes. Este hallazgo también es corroborado por el estudio realizado por Salmela-Aro y Wiese (2006).

En relación con la categoría trabajo/profesión, el OV principal es conseguir trabajo vinculado al primer objetivo, se puede decir que aparece aquel referido a la independencia económica, el cual predomina en un 16% de los encuestados, coincidiendo con la necesidad de autonomía planteada por Gore y Cross (2006).

Cabe indicar que los tres objetivos, mencionados con anterioridad, coinciden con las investigaciones de Casullo (2002), donde se postula que la finalización de los estudios, la constitución de una familia y la obtención de un empleo resultan ser los OV más frecuentes de la población de jóvenes. En este orden de ideas, el OV *viajar* aparece en la muestra como el segundo en importancia (35% de selección), tanto en hombres como en mujeres. Un hallazgo similar encontró Mercado (2008) en una población urbana.

En lo referente a la categoría aspectos personales, se destacan aquellos objetivos que se relacionan con cambiar o mejorar aspectos personales (23%), y ser feliz (13%).

Los porcentajes que siguen se relacionan con la categoría pareja (casarme/vivir en pareja, seleccionado por un 15% de los encuestados) y amistades (conservar mis amigos, con un 9% de escogencia). Ambos objetivos se refieren a los vínculos personales cercanos, que se sugiere son fuentes de mayor satisfacción para las personas (Argyle, 1987). En este sentido, Veenhoven (1996a) agrega que los vínculos entre las personas favorecen el establecimiento de redes de apoyo social, disminuyendo la posibilidad de la aparición de trastornos psicológicos, como el estrés. Lo que contribuye a una mayor felicidad, contribuye a una mayor salud física y mental, y aquellos que presentan mayor bienestar forman parte de una red íntima de contactos personales. Podría pensarse que tener como objetivo conservar las amistades genera bienestar y provoca el mantenimiento de dichos vínculos.

Se puede observar que los objetivos de vida, planteados por los estudiantes, son coherentes con la etapa de vida que están viviendo; quizás, en un

futuro no muy lejano, se podrían evidenciar los cambios lógicos que se pueden dar en los mismos. Salmela-Aro et al. (2007), así lo encontraron, demostrando una disminución de objetivos vinculados con la educación, amigos y viajar, y el aumento de objetivos relacionados con la familia, trabajo y salud con el aumento de la edad de estudiante universitarios.

Para finalizar, esta investigación se orientó a describir el nivel de BP, rasgos de personalidad y OV de estudiantes que cursan la carrera de Psicología en una universidad de Mendoza, Argentina. Los resultados obtenidos en cuanto a la relación entre BP y estilos de personalidad permiten apoyar la conclusión de que el BP se encuentra asociado a determinados rasgos de personalidad que se mantienen más o menos estables a lo largo del tiempo. Futuras investigaciones se concentrarán en seguir explorando esta relación, ampliando la muestra y abordando diferentes campos académicos (Psicología y Medicina, por ejemplo) y siguiendo los modelos teóricos aquí considerados. Metodológicamente, se seguirá explorando el instrumento mediante la aplicación de análisis multidimensionales que permitan examinar la configuración teórica de los conceptos y polaridades en relación a la configuración empírica.

Los hallazgos obtenidos a partir del análisis de los OV, citados por los jóvenes estudiantes, concuerdan con los resultados que se obtuvieron en la investigación que realizó Martina Casullo (2002), concluyendo que en un mayor porcentaje predominan los objetivos relacionados con la finalización de la carrera universitaria, la constitución de una familia y el conseguir un empleo. Con menor frecuencia aparecen los objetivos relacionados con el bienestar económico e independencia económica. Los OV menos frecuentes son aquellos relacionados con la salud física, hobbies, etc.

Finalmente, se puede señalar que los resultados de esta investigación podrían considerarse un aporte al debate teórico acerca de la importancia de la personalidad y el bienestar psicológico en la salud integral de las personas.

Referencias

- Aparicio-García, M. E. (2001). *Evaluación de la personalidad mediante el modelo de Theodore Millon en el ámbito laboral* (Tesis doctoral). Recuperada de <http://www.ucm.es/BUCM/tesis/psi/ucm-t25306.pdf>
- Aparicio-García, M. E. y Sánchez-López, M. P. (1999). Los estilos de personalidad: su medida a través del Inventario Millon de estilos de Personalidad. *Anales de Psicología*, 15(2), 191-211.
- Argyle, M. (1987). *The Psychology of happiness*. London: Methuen.
- Bardin, L. (1996). *El análisis de contenido*. Madrid: Akal.
- Baumann, N., Kakchel, R. y Kuhl, J. (2005). Striving for unwanted goals: Stress dependent discrepancies between explicit and implicit achievement motives reduce subjective well-being and increase psychosomatic symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(5), 781-799.
- Castro-Solano, A. y Sánchez-López, M. P. (2000). Objetivos de vida y satisfacción autopercebida en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 12(1), 87-92.
- Castro-Solano, A. y Díaz-Morales, J. F. (2002). Objetivos de vida y satisfacción vital en adolescentes españoles y argentinos. *Psicothema*, 14(1), 112-117.
- Casullo, M. M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.
- Casullo, M. M. y Castro-Solano, A. (1997). Adaptación del MIPS en Argentina. En M. P. Sánchez-López y M. M. Casullo (Eds.), *Los estilos de personalidad: Una perspectiva iberoamericana* (pp. 233-265). Madrid y Buenos Aires: Miño y Dávila.
- D'Ángelo, O. (2003). *Psicología del Desarrollo: Adolescencia y juventud*. La Habana, Cuba: Editorial Félix Varela.
- Deci, E. y Ryan, R. (2008). Self-Determination Theory: A macrotheory of human motivation, development and health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182-185. doi: 10.1037/a0012801
- Díaz-Morales, J. F. y Sánchez-López, M. P. (2001). Relevancia de los estilos de personalidad y las metas personales en la predicción de la satisfacción vital. *Anales de Psicología*, 17(2) 151-158. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10201/7986>
- Díaz-Morales, J. F. y Sánchez-López, M. P. (2002). Relaciones entre estilos de personalidad y satisfacción autopercebida en diferentes

- áreas vitales. *Psicothema*, 17(1), 100-105. Recuperado de: <http://www.unioviado.es/reunido/index.php/PST/article/view/7944/7808>
- Diener, E. y Diener, M. (2009). Cross cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Social Indicators Research Series*, 38, 71-91. doi: 10.1007/978-90-481-2352-0_4
- Diener, E. y Emmons, R. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(5), 1105-1117. doi: 10.1037/0022-3514.47.5.1105
- Diener, E. y Lucas, R. (1997). Personality and Subjective Well-Being. En D. Kahneman, E. Diener, y N. Schwarz (Eds.), *Hedonic psychology: Scientific perspectives on enjoyment, suffering, and well-being*. New York: Russell Sage.
- Emmons, R. (1986). Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(5), 1058-1068. doi: 10.1037/0022-3514.51.5.1058
- Emmons, R. (1992). Abstract versus concrete goals: Personal striving level, physical illness and psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(2), 292-300. doi: 10.1037/0022-3514.62.2.292
- Gable, S. L., Reis, H. T., Impett, E. A. y Asher, E. R. (2004). What Do You Do When Things Go Right? The Intrapersonal and Interpersonal Benefits of Sharing Positive Events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(2), 228-245.
- Geers, A., Wellman, J. y Lassiter, D. (2009). Dispositional optimism and engagement: The moderating influence of goal prioritization. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(4), 913-932. doi: 10.1037/a0014830
- Gore, J. y Cross, S. (2006). Pursuing goals for us: Relationally autonomous reasons in long-term goal pursuit. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(5), 848-861. doi: 10.1037/0022-3514.90.5.848
- Little, B. (1983). Personal projects: A rationale and a method for investigation. *Environment and Behavior*, 15, 273-309.
- Little, B. (2008). Personal projects and free traits: Personality and motivation reconsidered. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(3), 1235-1254. doi: 10.1111/j.1751-9004.2008.00106.x
- Mayser, S., Scheibe, S. y Riediger, M. (2008). (Un) Reachable? An empirical differentiation of goals and life longings. *European Psychologist*, 13(2), 126-140. doi: 10.1027/1016-9040.13.2.126
- Mercado, A. (2008). *Satisfacción vital y proyectos de vida: Una comparación entre adultos jóvenes urbanos y rurales* (Tesina de Licenciatura en Psicología). Recuperado de <http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/61>
- Millon, T. (1990). *Toward a new personology: An evolutionary model*. New York, N.Y.: J. Wiley y Sons.
- Millon, T. (2001). *Inventario de Estilos de Personalidad de Millon*. Madrid: TEA Ediciones.
- Rangel, J. V. y Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Educere*, 49, 265-275. Recuperado de: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/32748/1/articulo2.pdf>
- Robinson, M. D., Solberg, E. C., Vargas, P. T. y Tamir, M. (2003). Trait as Default: Extraversion, Subjective Well-Being, and the Distinction Between Neutral and Positive Events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(3), 517-527. Recuperado de: <http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=buy.optionToBuy&id=2003-07329-010>
- Salmela-Aro, K. (2010). Personal goals and well-being: How do young people navigate their lives? *New Directions for Child and Adolescent Development*, 130, 13-26. doi: 10.1002/cd.278.
- Salmela-Aro, K., Aunola, K. y Nurmi, J. (2007). Personal goals Turing emerging adulthood: A 10-year follow up. *Journal of Adolescent Research*, 22(6), 690-715. doi: 10.1177/0743558407303978.
- Salmela-Aro, K. y Wiese, B. (2006). Communicating personal goals: Consequences for person perception in the work and family domains. *Swiss Journal of Psychology*, 65(3), 181-191. doi: 10.1024/1421-0185.6.3.181
- Sánchez-López, M. P. y Aparicio-García, M. E. (1998). El Inventario Millon de Estilos de Personalidad: su fiabilidad y validez en España y Argentina. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológico*, 4(2), 87-110.
- Sansinenea, L., Agirrezabal, A., Larrañaga, M., Ortiz, G., Valencia, J. y Fuster, M. (2008). Autoconcordancia y autoeficacia en los

- objetivos personales: ¿Cuál es su aportación al bienestar? *Anales de Psicología*, 24(1), 121-128. Recuperado de: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/167/16724115.pdf>
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V. y Ahadi, S. (2002). Culture, personality, and subjective well-being: Integrating process models of life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(4), 582-593. doi: 10.1037/0022-3514.82.4.582
- Veenhoven, R. (1996a). Developments in Satisfaction Research. *Social Indicators Research*, 37, 1-46. Recuperado de: <http://repub.eur.nl/res/pub/16306/BF01078689.pdf>
- Veenhoven, R. (1996b). The study of life satisfaction. En W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C. Scherpenzeel, y B. Bunting (Eds.), *A comparative study of satisfaction with life in Europe* (pp. 11-48). Budapest: Eötvös University Press.