

RELACIÓN ENTRE LA SATISFACCIÓN FAMILIAR, EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL SENTIDO DE LA VIDA¹

Consuelo Rollán García, Mercedes García-Bermejo e Ignacio Villarrubia*

RESUMEN

Con el propósito de estudiar la Satisfacción Familiar en relación al Bienestar Psicológico y al Sentido de la Vida, administramos a 62 estudiantes (55 mujeres y 7 hombres; media de edad: 25,5 años) del C.E.S. Don Bosco de Madrid (España), la “Escala de Satisfacción Familiar por Adjetivos” (ESFA) de J. Barraca y L. López Yarto, la “Escala de Bienestar Psicológico” (EBP) de Sánchez-Cánovas y la “Prueba sobre el Propósito de Vida” (PIL), en versión traducida de Crumbaugh y Maholick. Los resultados son congruentes con la hipótesis inicial: la Satisfacción Familiar correlaciona positivamente con el Sentido de la Vida del ser humano y el Bienestar psicológico; de modo que, las personas con alta Satisfacción Familiar, tendrán alto Sentido de la Vida y un alto nivel de Bienestar Psicológico.

Palabras clave: bienestar psicológico, satisfacción familiar, sentido de la vida.

ABSTRACT

In order to study the Family Satisfaction Scale related to the Psychological Welfare and the Sense of Life, we applied the “Family Satisfaction Adjective Scale” by J. Barraca and L. López Yarto, the “Psychological Welfare Scale” by Sánchez-Cánovas and the translated version of “Life Purpose Test” by Crumbaugh and Maholick on 62 subjects, of which 55 were women and 7 were men, being their age average 25.5, all of them students at Don Bosco College in Madrid (Spain). The results are congruent with the initial hypothesis, where the Family Satisfaction is positively correlated to the subject’s Sense of Life and Psychological Welfare, so that people having a high degree of Family Satisfaction will also present a high level of Sense of Life and Psychological Welfare, as well.

Key words: psychological welfare, family satisfaction, sense of life.

INTRODUCCIÓN

El estudio de la Satisfacción Familiar ha sido uno de los ámbitos de investigación y análisis más recientes dentro de la Psicología Aplicada. Las primeras referencias con respecto a este tema, son las de Campbell, Converse y Rodgers, que se sitúan en el año 1976 (Barraca Mairal y López-Yarto Elizarde).

Los estudios de Andrews y Withey (1976), a caballo entre la Psicología y la Sociología, podrían considerarse como los primeros intentos claros por definirla y medirla; pero en sentido estricto, podemos decir que desde la Psicología no se han hecho grandes esfuerzos en teorizar sobre el tema, y cuando éstos aparecen, resultan más bien justificaciones de trabajos cuyo objetivo es evaluar el constructo, más que describirlo.

Sin embargo, y a pesar de las limitaciones encontradas sobre el estudio de la Satisfacción Familiar, cabe destacar que, para la mayoría de los autores que han dedicado su tiempo al estudio de las relaciones familiares, la Satisfacción Familiar es un juicio valorativo de distintos aspectos de la vida, en el que los sentimientos que se despiertan en el sujeto encuentran su origen en las interacciones (verbales y/o físicas) que se producen entre éste y los demás miembros de la familia; de este modo puede apreciarse la relación que ya Bradburn (1969) apuntaba entre la Satisfacción Familiar y la Satisfacción Vital.

Con posterioridad, autores como Veenhoven (1984) y Argyle (1987) encontraron la

* Doctora en Pedagogía. Profesora en el CES Don Bosco. Licenciada en Psicopedagogía en el CES Don Bosco. Licenciado en Psicopedagogía en el CES Don Bosco (respectivamente).

necesidad de abordar el estudio de la Satisfacción Familiar en relación con el Bienestar Psicológico. Los resultados de sus trabajos permitieron establecer una correlación positiva entre ambos aspectos. Sin embargo, el objeto de estudio se centró en afirmar que la Satisfacción Familiar junto con la Satisfacción Laboral conformaban los dos grandes dominios del Bienestar Psicológico, obviando de esta manera que uno de los principales componentes de éste es el de la Satisfacción Personal con la vida.

Puede entenderse que el Bienestar Psicológico se relaciona con el Sentido de la Vida que cada individuo da a su propia existencia, o dicho de otro modo, el Bienestar Psicológico es “una reflexión sobre la satisfacción con la vida o como la frecuencia e intensidad de emociones positivas” (Sánchez-Cánovas, 1994). El estudio acerca del sentido de la vida aborda especialmente el ámbito filosófico constituyéndose en tema universal, común a todas las culturas. Sin embargo, la propuesta que en mayor medida se adecua a nuestros objetivos de estudio e intervención la encontramos en Viktor E. Frankl, psiquiatra atípico que ejerce una divulgación amplia de su perspectiva del ser humano que convierte en método psicoterapéutico: **la logoterapia**, partiendo de una idea básica: “el hombre es un ser espiritual que intenta encontrar un sentido a su vida que trascienda”.

Elisabeth Lukas, (2001) psicoterapeuta alemana, elabora desde su experiencia clínica una descripción de “lo que tiene sentido”:

- lo que alberga la oportunidad sobresaliente de que se produzca algo bueno,
- lo que contempla también el bienestar de los demás,
- lo que está libre de motivación egoísta,
- lo que es absolutamente concreto en el aquí y ahora,
- lo que no exige ni permite demasiado,
- lo que es susceptible de consenso con el prójimo experimentado,
- lo que procura a uno la fuerza de desearlo.

La propuesta terapéutica de Lukas es establecer prioridades, especialmente cuando nos sentimos inseguros y tenemos conflictos y ambivalencias.

1. MÉTODO

La intención de la presente investigación es la de comprobar la existencia de influencias entre los tres aspectos que conforman nuestro objeto de estudio, y en el que el nivel de Satisfacción Familiar determinará, a su vez, el nivel de Bienestar Psicológico y el Sentido de la Vida de los individuos.

1.1. Muestra

Para la realización de este estudio se contó inicialmente con la colaboración voluntaria de 88 participantes. Sin embargo, por pérdida aleatoria de los mismos, la muestra definitiva quedó conformada por 62 participantes (55 mujeres y 7 hombres) con una media de edad de 25, 5 y con un rango de edad comprendido entre 21 y 46 años. Todos ellos estudiantes de Psicopedagogía en el CES Don Bosco y residentes en la Comunidad Autónoma de Madrid (España).

El procedimiento de selección de la muestra se realizó en función de acceso a ella. La técnica empleada es la de muestreo aleatorio estratificado, escogiendo al azar una muestra representativa pero poco proporcional con respecto a la edad y al sexo.

1.2. Instrumentos

A cada participante se le proporcionó de forma conjunta las siguientes escalas:

- Escala de Satisfacción Familiar por Adjetivos (ESFA) (Barraca Maizal y López-Yarto Elizalde, 1997), que evalúa la Satisfacción Familiar percibida a través de 27 ítems, cada uno de ellos formado por una pareja de adjetivos antónimos.
- Cuestionario PIL (Purpose-In-Life test) (Crumbaugh y Maholik, 1969) se trata de una escala Likert, formada por 20 ítems que evalúa el propósito de vida y el vacío existencial del ser humano.
- Escala de Bienestar Psicológico (EBP, Sánchez-Cánovas, 1998), que determina el nivel de bienestar psicológico considerando el ámbito personal, profesional y de pareja.

Todos los instrumentos citados cuentan con las garantías psicométricas necesarias en cuanto a fiabilidad y validez.

2. DISEÑO Y PROCEDIMIENTO

Se utilizó un diseño preexperimental o correlacional, en el que se trató de verificar la siguiente hipótesis: “la Satisfacción Familiar se relaciona positivamente con el Bienestar Psicológico y con el Sentido de la Vida”.

Inicialmente, las tres escalas (ESFA, PIL, y EBP) iban a completarse durante una sola sesión, ya que esta tarea en su conjunto no excedía de 20 minutos aproximadamente, pero se cometió un error metodológico durante el reparto y la ejecución de la escala EBP, al no facilitar un cuadernillo de instrucciones de forma individual. Este hecho, nos llevó a considerar la necesidad de repetir la recogida de datos (EBP) frente a la posibilidad de aparición de sesgos en las respuestas, que diesen como resultado medidas erróneas.

Finalmente, en una segunda sesión se volvió a repartir la escala EBP de forma individual, y se tomaron como datos válidos los obtenidos en esa ocasión, ya que las condiciones fueron metodológicamente idóneas.

En ambas sesiones, al inicio de la prueba los investigadores explicaron a los participantes la importancia de leer detenidamente las instrucciones de cada uno de los tests, así como la necesidad de completar todos y cada uno de los ítems. Así mismo, los investigadores manifestaron su disposición para aclarar cualquier cuestión con respecto a la realización de la prueba.

La planificación, la investigación de campo y el análisis de los resultados ha tenido una duración aproximada de cuatro meses. Para el análisis de los datos se ha utilizado un método estadístico de comparación de medias mediante el uso de los programas informáticos Microsoft Excel, Microsoft Access y el SPSS versión 9.0 para Microsoft Windows.

3. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

El estudio descriptivo aplicado a la muestra estudiada revela un nivel alto (muy próximo al nivel medio) en satisfacción familiar (ESFA); un nivel alto (próximo al nivel medio) en Sentido de la Vida (PIL), situándose en la “zona de presencia” de sentido de la vida; un nivel medio en bienestar psicológico (EBP) (Tabla 1). Además de un nivel medio-bajo en bienestar subjetivo; un nivel medio en bienestar material; un nivel alto en bienestar laboral y un nivel medio en bienestar de pareja.

	MEDIA	DESVIACIÓN TÍPICA	MÍNIMO	MÁXIMO
ESFA	64,338	24,506	20	90
PIL	107,75 8	14,253	68	128

EBP	67	22,920	5	97
Bienestar Subjetivo	56,080	27,905	3	97
Bienestar Material	68,741	24,005	1	99
Bienestar Laboral	75,854	19,110	15	96
Bienestar de Pareja	63,629	23,855	2	99

Tabla 1. Estadísticos descriptivos para las variables.

La muestra estudiada presenta resultados que se sitúan, contundentemente, en unas puntuaciones homogéneas en las tres escalas utilizadas.

Los coeficientes de correlación no paramétrica obtenidos, al asociar las tres escalas (ESFA, PIL y EB) resultaron estadísticamente significativos ($p < 0,05$) (Tabla 2).

	ESFA	PIL	EBP
ESFA	1,000	0,503 **	0,445 **
PIL		1,000	0,677 **

Tabla 2. Coeficientes de correlación (Rho de Spearman) de las tres variables. (** = $p < 0,05$)

1ª Conclusión

Los datos obtenidos nos permiten afirmar que, si se obtiene una puntuación baja, media o alta en una de las tres pruebas, ocurrirá algo similar en las otras. Pese a que los coeficientes de correlación no son excesivamente altos, la existencia de correlaciones positivas significativas indica que existe una covariación inequívoca entre los tres parámetros. Es especialmente relevante la correlación entre el EBP y el PIL.

A continuación vemos cómo se reparten las puntuaciones de la muestra en las tres variables estudiadas.

El 8% de la población obtuvo puntuaciones medias; el 71% obtuvo puntuaciones altas (manifestando una Satisfacción Familiar alta) y el 21% obtuvo puntuaciones bajas (Gráfico 1).

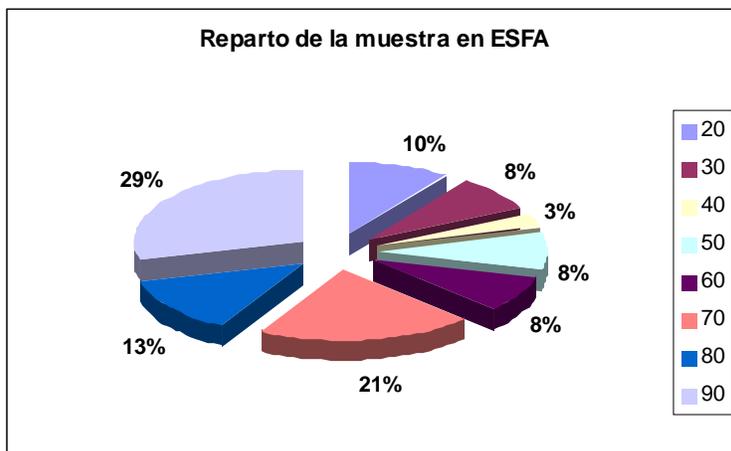


Gráfico 1. Reparto de la muestra en ESFA.

El 33% de la muestra se sitúa en la zona de indefinición, el 17% en la zona de ausencia de Sentido de la Vida y el 50% la zona de presencia (Gráfico 2).

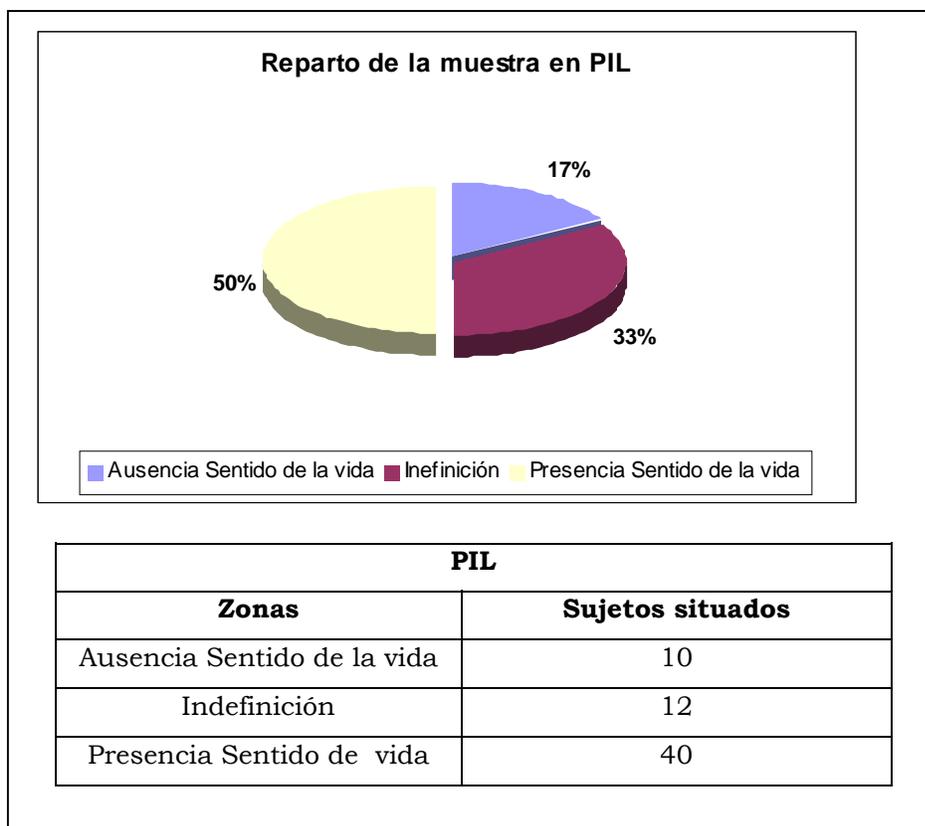


Gráfico 2. Reparto de la muestra en PIL.

El 6% de la muestra obtuvo puntuación media, el 70% alta, manifestando un bienestar

psicológico alto, y el 24% baja (Gráfico 3).

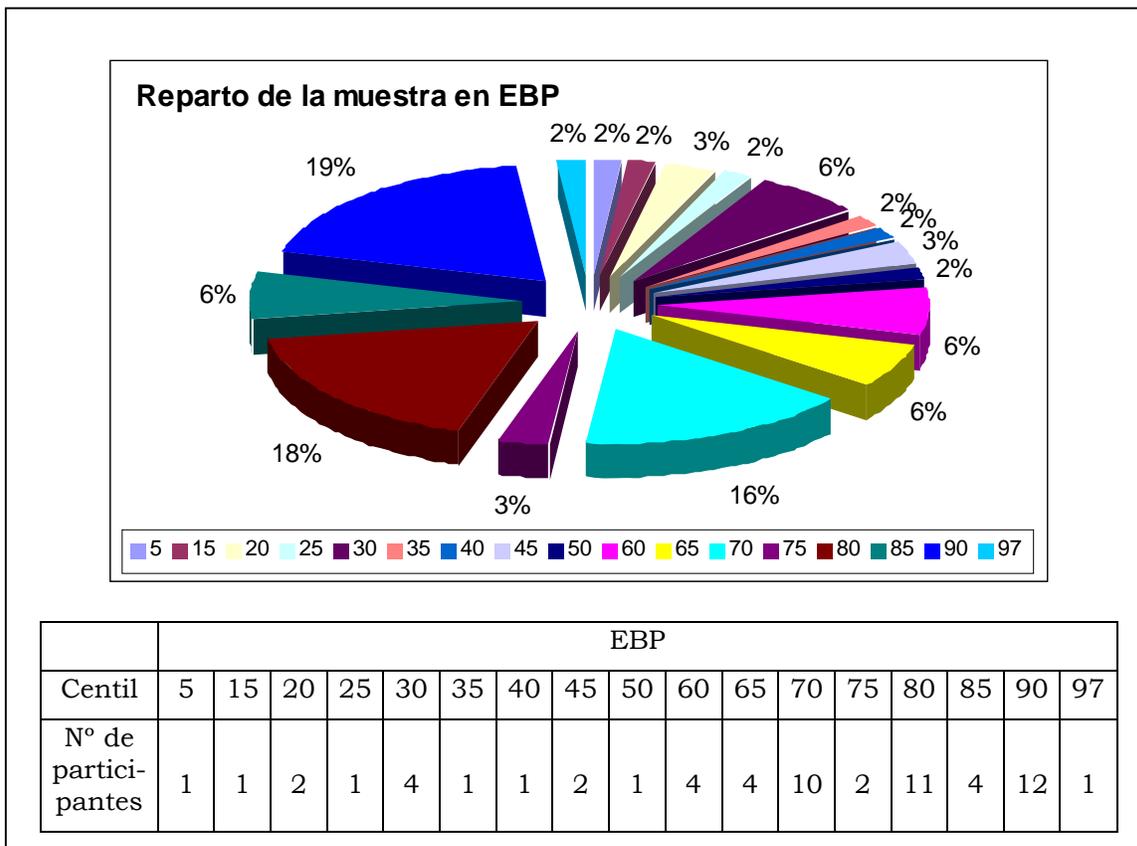


Gráfico 3. Reparto de la muestra en EBP

En la Figura 1 podemos apreciar, de forma gráfica, la similitud o diferencia de los resultados obtenidos en las tres pruebas o en los pares de dos a dos por la muestra (ESFA/EBP/PIL, ESFA/EBP, ESFA/PIL y EBP/PIL).

La similitud entre los resultados alcanzados en las tres escalas utilizadas (ESFA, EBP y PIL) es visible, siendo levemente más significativa la señalada al comparar las pruebas EBP y PIL (Figura 1).

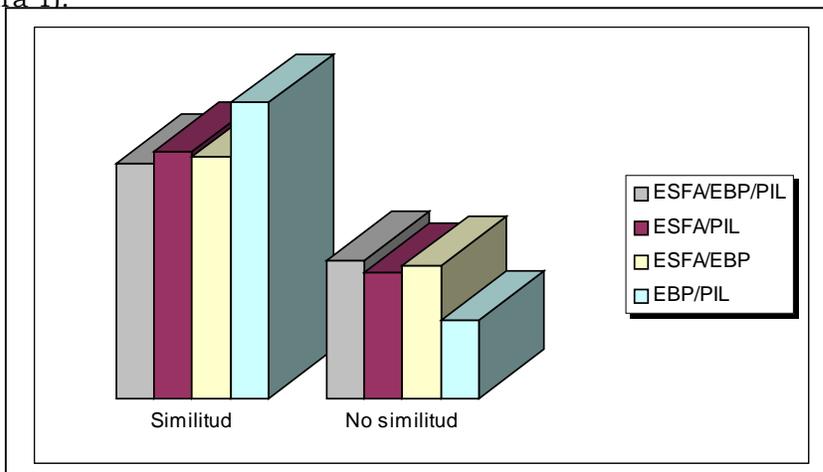


Figura 1. Similitud entre los resultados obtenidos por la muestra en las tres pruebas.

Por último, al comparar los resultados de las tres escalas aplicadas (Figura 2), se aprecia que la similitud queda concretada por los sujetos que han obtenido los valores más altos en las tres escalas. De esta forma, podemos afirmar que los sujetos que puntúan alto en la escala ESFA también lo hacen en la escala EBP y en la escala PIL.

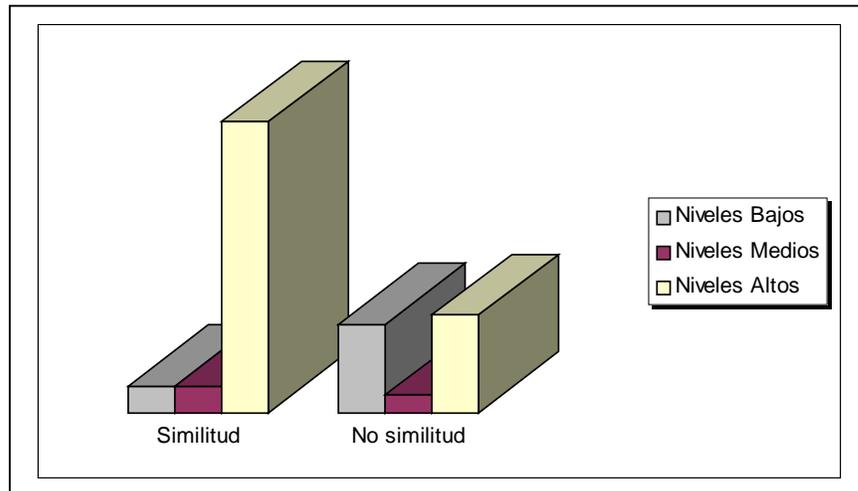


Figura 2. Similitud entre los resultados de las tres pruebas según los niveles obtenidos por la población.

2ª Conclusión

Si la Satisfacción Familiar (ESFA) es alta, los niveles de Bienestar Psicológico (EBP) y Sentido de la Vida (PIL) lo serán también.

3ª Conclusión

La Satisfacción Familiar, el Bienestar Psicológico y el Sentido de Vida se relacionan entre sí. Podemos afirmar que son tres aspectos relevantes para la vida de los sujetos estudiados, de modo que no es factible tener un alto nivel en uno de los factores estudiados y bajo en los otros, o bien, un nivel bajo en uno de los factores y alto en los otros.

4ª Conclusión

La correlación más significativa se encuentra entre las variables dependientes “Bienestar Psicológico” y “Sentido de la Vida”. Entendemos que los sujetos de la muestra estudiada perciben como más relevante en sus vidas los aspectos relacionados con su “Bienestar Psicológico”, (personal, material, de pareja) y el “Sentido de

la Vida” que la “Satisfacción Familiar” que, aunque se encuentra relacionada con ambos, no expresa resultados tan contundentes.

4. CONTINUIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Los resultados de este estudio nos plantean nuevas cuestiones que sugieren la continuidad del mismo desde una perspectiva evolutiva desde la que pueda responderse a cuestiones como éstas: ¿qué resultados obtendríamos en una muestra de niños con edades comprendidas entre los ocho y los doce años? ¿Y en una muestra de adolescentes?

Estimamos que la variable Satisfacción Familiar podría expresar resultados más significativos que en una muestra de adultos como es la actual que, aunque la mayoría convive y depende de sus padres, puede que perciban su Sentido de la Vida y su bienestar Psicológico, en mayor medida, asociado a las expectativas de su incipiente vida autónoma más que asociada a sus familias de origen.

BIBLIOGRAFÍA

- ARGYLE, M. (1987). “The Psychology of happiness” en FEMENINAS, M. y SÁNCHEZ, M. (2003). *Satisfacción familiar, bienestar psicológico y ansiedad en parejas con hijos con necesidades educativas específicas*. Revista Siglo Ceo, 34 (3), 19-27.
- ANDREWS, I. M. y WITHEY, S. B. (1976). “Social Indicators of Well-Being” en BARRACA, J y LÓPEZ-YARTO, L. (1997). *ESFA Manual*. Madrid: TEA Ediciones.
- BARRACA, J. y LÓPEZ-YARTO, L. (1997). *ESFA: Escala de satisfacción familiar por adjetivos*. Madrid: TEA Ediciones.
- BRADBURN, N. M. (1969). *The structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine.
- CAMPBELL, A.; CONVERSE, P. y RODDGER, W. L. (1998). “The quality of American Life. Perceptions, Evaluations and Satisfactions” en SÁNCHEZ CÁNOVAS, J. (1998). *EBP. (Manual)*. Madrid: TEA Ediciones.
- DEL RÍO SARDONIL, D. y otros (2003). *Orientación y Educación Familiar*. Madrid: UNED.
- LUKAS, E. (2001). *Paz Vital, plenitud y placer de vivir. Los valores de la logoterapia*. Barcelona: Paidós.
- NOBLEJAS DE LA FLOR, M. A. (2000). *Palabras para una vida con sentido*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- SÁNCHEZ CÁNOVAS, J. (1998). *EBP. Escala de bienestar psicológico*. Madrid: TEA Ediciones.
- SECO, J. (1990). *El sentido de la vida*. Madrid: Cuadernos de Formación del Instituto Enmanuel Mounier.

¹ Nuestro agradecimiento a Pilar Maseda y Mercedes Reglero (profesoras del CES Don Bosco), por su asesoramiento y colaboración en el modelo de investigación y en el análisis estadístico, respectivamente.