

# FORTALEZAS Y BIENESTAR

Blasco, A., Torrelles, C., Alsinet, C. y Jordana, N.  
Cátedra de Innovación Social - Universitat de Lleida  
innovaciosocial@udl.cat



## MUESTRA

Muestra aleatoria no probabilística.  
Organización educativa superior

## DESCRIPCIÓN

TOTAL MUESTRA  
**419**  
PERSONAS

EDAD MEDIA  
**19,89**  
AÑOS



Facultad de Educación, Psicología y Trabajo Social  
Universidad de Lleida



**335** mujeres **80%**

**84** hombres **20%**

## METODOLOGÍA

Estudio no experimental cualitativo



## OBJETIVO

Analizar la relación entre las fortalezas de carácter y el índice de bienestar en una muestra de 419 estudiantes universitarios



## INSTRUMENTOS

Values In Action - Inventory Scale  
(VIA-IS; Peterson & Seligman, 2004)

Satisfaction With Life Scale  
(SWLS; Diener, Griffin, Larsen & Emmons, 1985)

PANAS (Positive And Negative Affect Schedule)  
(PANAS; Watson, Clark & Tellegen, 1988)



## PROCEDIMIENTO

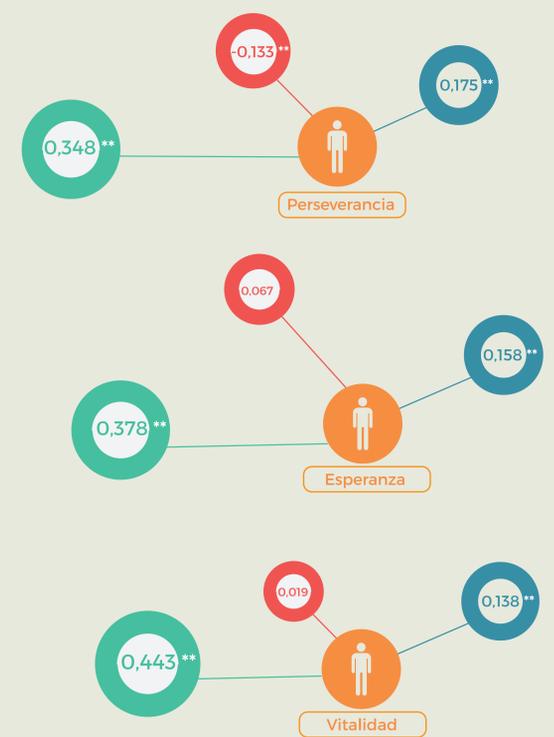
- 1** Planteamiento del estudio  
Análisis de los resultados obtenidos en estudios previos  
Planteamiento de hipótesis  
Planteamiento de la metodología
- 2** Recogida de datos  
Selección de la muestra  
Aplicación de la batería de cuestionarios seleccionados
- 3** Análisis estadístico  
Tratamiento estadístico de los datos obtenidos  
Establecimiento de relaciones entre los resultados obtenidos
- 4** Resultados  
Redacción de los principales resultados  
Comparación con resultados obtenidos en estudios previos
- 5** Impacto  
Redacción de las principales conclusiones  
Futuras líneas de investigación



## RESULTADOS

Coefficiente de correlación no paramétrico de la Rho de Spearman

FORTALEZAS	AFECTO POSITIVO	AFECTO NEGATIVO	BIENESTAR
Curiosidad	0,355**	-0,036	0,125*
Amor conocimiento	0,300**	-0,077	0,127*
Juicio	0,294**	-0,041	0,050
Creatividad	0,306**	0,020	0,047
Inteligencia social	0,339**	-0,055	0,075
Perspectiva	0,332**	-0,124*	0,099
Valentía	0,304**	-0,054	0,165**
Perseverancia	0,348**	-0,133*	0,175**
Integridad	0,283**	-0,081	0,129*
Bondad	0,295**	-0,003	0,081
Amor	0,295**	-0,053	0,104*
Trabajo en equipo	0,344**	-0,028	0,095
Equidad	0,254**	-0,019	0,095
Liderazgo	0,376**	-0,043	0,098
Autocontrol	0,322**	-0,054	0,033
Prudencia	0,208**	-0,078	0,021
Humildad	0,218**	-0,064	-0,014
Aperciaci�n belleza	0,317**	-0,029	0,092
Gratitud	0,339**	-0,099	0,136**
Esperanza	0,378**	-0,067	0,158**
Espiritualidad	0,256**	0,022	0,043
Humor	0,264**	0,011	0,023
Vitalidad	0,443**	0,019	0,138**
Perdón	0,269**	-0,062	0,051



\*\* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)  
\* La correlación es significativa a nivel 0,05 (bilateral)

## IMPACTO

Principales conclusiones  
Futuras líneas de investigación



**A** Los resultados obtenidos indican que existe una relación moderada entre las fortalezas de carácter, el bienestar y el afecto positivo.

**B** Todas las fortalezas de carácter correlacionan significativamente con el afecto positivo, siendo vitalidad, esperanza, liderazgo, curiosidad y perseverancia las que presentan las correlaciones más elevadas

**C** Las fortalezas que correlacionan significativamente con el bienestar son vitalidad, esperanza, gratitud, amor, perseverancia, valentía, amor por el conocimiento y curiosidad.

**D** Respecto al afecto negativo, la mayoría de las fortalezas de carácter presentan una correlación negativa, siendo perspectiva y perseverancia las  ncias que lo hacen significativamente.

**B'** Las relaciones significativas entre fortalezas y balance afectivo se replican en el estudio de Martínez-Mart ı & Ruch (2014) por lo que respecta a afecto positivo.

**C'** Las relaciones significativas entre fortalezas y bienestar coinciden con los resultados obtenidos por Park, Peterson & Seligman (2004), Peterson et al. (2007), Buschor, Proyer & Ruch (2013) y Martínez-Mart ı & Ruch (2014).

## REFERENCIAS

- Buschor, C., Proyer, R. T., & Ruch, W. (2013). Self-and peer-rated character strengths: How do they relate to satisfaction with life and orientations to happiness?. *The Journal of Positive Psychology*, 8(2), 116-127.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Martínez-Mart ı, M. L. & Ruch, W. (2014). Character strengths and well-being across the life span: data from a representative sample of German-speaking adults living in Switzerland. *Frontiers in psychology*, 5, 1253.
- Park, N., Peterson, C. & Seligman, M. E. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of social and Clinical Psychology*, 23(5), 603-619.
- Peterson, C. & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press.
- Peterson, C., Ruch, W., Beermann, U., Park, N. & Seligman, M. E. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2(3), 149-156.
- Watson, D., Clark, L. A. & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.