

RELATO DE ESTUDIOS EXPLORATORIOS SOBRE BIENESTAR Y ADAPTACIÓN

Alfredo Fierro
Universidad de Málaga

Los estudios exploratorios son poco apreciados en la comunidad y las publicaciones científicas, que dispensan privilegiada atención a los estudios de confirmación de hipótesis. Sin embargo, también en trabajos de naturaleza exploratoria, heurística, se aprende y se avanza en el conocimiento: en ocasiones, mucho más que en investigaciones con hipótesis perfectamente definidas y en las que se llega a comprobar lo que en realidad se conocía desde hace mucho tiempo. No se trata ya sólo de "serendipia": de hallar lo que no se busca; sino de enfoque de "heurísticos", de estrategias de hallazgo (aunque no "algoritmos" o reglas infalibles de solución de problemas). La lógica de ese enfoque ha sido expuesta en otros lugares (Fierro, 2004a, 2004b) Conviene recordar que no pocos de los logros mayores en el conocimiento de la conducta, empezando por el descubrimiento por Pavlov del condicionamiento en perros, se han debido a estudios no guiados por hipótesis previas.

En el proceso e historia del grupo Eudemon ha habido no pocos trabajos de orientación exploratoria, heurística, y que por eso mismo no han llegado a publicación, ni tampoco a presentación en reuniones científicas. Por tanto, no se han sometido a contraste ante la comunidad de investigadores. Sin embargo, han sido muy instructivos para el propio grupo: en lo que hallaban han servido para guiar la posterior investigación de intención confirmatoria.

En la repercusión de haber contribuido a guiar estudios posteriores publicados tuvo especial interés la investigación realizada en el marco de un curso de doctorado en la Facultad de Psicología de Málaga, en 1996. Las presentes líneas informan acerca de esa investigación. No constituyen propiamente un "informe" en el sentido habitual, sino simplemente un relato de cómo se procedió y qué se encontró. Por tratarse de un relato, no se ajusta al formato convencional del informe de investigación: expone libremente cómo se exploró y cuáles fueron los hallazgos.

Participación de estudiantes de doctorado

Se propuso a los doctorandos realizar estudios independientes, pero con idéntico diseño, acerca de algunas variables relacionadas con el bienestar y la madurez personal. Realizaban los trabajos en grupos de dos o tres estudiantes. Éstos habían de pasar la batería de instrumentos de modo individual a 20 ó 25 personas adultas de la población "normal", es decir, sin alteraciones psicopatológicas. Seis de los trabajos así realizados, y presentados al profesor, reunían los requisitos metodológicos para poder ser tomados en cuenta; y sobre esos seis trabajos se informa a continuación. El interés de los hallazgos en ellos es heurístico: han contribuido a perfilar las líneas de investigación luego emprendidas.

Heurísticos

Una investigación exploratoria no procede para confirmar hipótesis perfectamente definidas y en una clara dirección, pero sí está guiada por sospechas, conjeturas, ejes de búsqueda, heurísticos, en una palabra, acerca de relaciones probables entre fenómenos.

El principal heurístico se refería a las Escalas de Bienestar Personal, de 33 ítems (EBP) y de Adaptación Social, de 34 ítems (EAS), entonces recién confeccionadas por el grupo Eudemon. Se trataba de averiguar si deparaban indicadores fiables y válidos de salud mental o personalidad sana. Teniendo en cuenta que ansiedad y depresión suelen estar presentes en casi todos los cuadros psicopatológicos, era de esperar que EBP y EAS correlacionaran de modo significativo y negativo con inventarios o escalas de ansiedad y depresión.

Se esperaba asimismo que bienestar y adaptación mostraran alguna relación con variables de inteligencia y de personalidad.

Y, en fin, se deseaba saber si EBP y EAS tenían alguna relación con variables demográficas, tales como edad, sexo y nivel social.

Instrumentos

Bienestar y adaptación fueron evaluados mediante las mencionadas Escalas: EBP y EAS. Para evaluar la ansiedad se utilizó la Escala de Ansiedad Rasgo (STAI-R) de Spielberger y otros (1982). Para evaluar la depresión se utilizó el Inventario de Depresión (BDI) de Beck (1978). Para inteligencia, se aplicó el test de dominós D-48, de Anstey (1993).

Otras variables elegidas fueron Independencia de Campo, medida con el Test de Figuras Enmascaradas, en adaptación de Fernández-Ballesteros (1987), y la Escala de Automonitorización de Snyder (1974) en la versión en castellano del profesor D. José Antonio Jiménez.

Hallazgos

La principal conjetura, la de que las Escalas EBP y EAS, caso de estar bien construidas, correlacionarían de modo significativo y negativo con ansiedad y con depresión, quedó plenamente confirmada. Las correlaciones halladas varían dentro de cierta franja. La Tabla a continuación indica la franja a lo largo de la cual se distribuyeron los valores de correlación.

	Bienestar (EBP)	Adaptación social (EAS)
Ansiedad Rasgo (STAI)	-.52 a -.63	-.43 a -.54
Depresión (BDI)	-.39 a -.81	-.24 a -.80

El rango de las correlaciones con la ansiedad rasgo es relativamente estrecho y, por eso mismo, permite mayor confianza. El rango de las correlaciones con depresión aparece mucho más amplio, desplegado en una horquilla cuyos extremos están por encima y por debajo de la horquilla de correlaciones con ansiedad. Los resultados, sin embargo, no dejan lugar a dudas acerca de que la depresión correlaciona de modo significativo y negativo con bienestar y con adaptación en sus medidas EBP y, respectivamente, EAS.

Los demás resultados exhiben una gran variabilidad de unos subgrupos a otros, pero, con la excepción de algún subgrupo, en una horquilla de valores no significativos. Los resultados a ese propósito, aunque exploratorios, resultaron poco alentadores en orden a una investigación confirmatoria de hipótesis que relacionen, de un lado, bienestar y adaptación, y de otro, variables tan distintas como inteligencia (al menos en su operacionalización con D-48), independencia de campo y automonitorización.

La investigación posterior al modesto -pero seminal- estudio aquí referido se orientó a estudiar las relaciones de EBP y EAS sobre todo con factores de personalidad y variables clínicas, abordando sólo excepcionalmente variables cognitivas y de capacidad. De hecho, estudios posteriores que han operado con alguna de estas últimas variables han dado resultados similares: no significativos o, en valor absoluto, muy bajos (Cardenal y Fierro, 2001; Fierro y Cardenal, 2001; Fierro-Hernández, 2002).

Referencias

Anstey, E. (1993). Dominó D-48. Madrid: TEA.

Beck, A. T. (1978). Depression Inventory. Filadelfia: Center for Cognitive Therapy.

Cardenal, V. y Fierro, A. (2001). Sexo y edad en estilos de personalidad, bienestar personal y adaptación social. Psicothema, 13 (118-126).

Fernández-Ballesteros, R. y Maciá, A. (1987). Manual para el Test de Figuras Enmascaradas. Madrid: Tea.

Fierro, A. y Cardenal, V. (2001). Pertinencia de estilos de personalidad y variables cognitivas a indicadores de salud mental. Revista de Psicología General y Aplicada, 54(2), 207-226.

Fierro, A. (2004a). Contra el formato editorial. Psicothema, 16(2), 309-316.

Fierro, A. (2004b). Sobre hipótesis y método. Revista de Psicología General y Aplicada, 57(4), 375-394.

Fierro-Hernández, C. (2002). Patrón de rasgos personales y comportamiento escolar en jóvenes. Revista de Educación.

Snyder, M. (1974). Self-monitoring of expressive behavior. Journal of Personality and Social Psychology, 30(4), 526-537.

Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L. y Lushene, R. E. (1982). Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo. Madrid: Tea.