

<https://doi.org/10.69639/arandu.v13i1.1959>

Bienestar psicológico, autoestima y funcionamiento familiar en adultos emergentes

Psychological Well-Being, Self-Esteem, and Family Functioning in Emerging Adults

Leonardo Daniel Escobar García

leonardod.escobar@unach.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0006-8834-2890>

Universidad Nacional de Chimborazo
Ecuador - Riobamba

Sridam David Arévalo Lara

<https://orcid.org/0000-0002-5948-8608>

sridamd.arevalo@unach.edu.ec

sarevalo@usal.es

Universidad Nacional de Chimborazo
Universidad de Salamanca
Ecuador – Riobamba

Artículo recibido: 10 diciembre 2025 -Aceptado para publicación: 18 enero2026

Conflictos de intereses: Ninguno que declarar.

RESUMEN

El objetivo del estudio fue analizar el bienestar psicológico, autoestima y funcionamiento familiar en adultos emergentes. A través de un estudio con un diseño no experimental de tipo cuantitativo, descriptivo con alcance correlacional y corte transversal en el que participaron 125 adultos emergentes con una media de edad de 20,25 de un pre universitario de la ciudad de Ambato, a quienes se les aplicaron los siguientes instrumentos: Cuestionario de Bienestar Psicológico de Ryff, Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de percepción del Funcionamiento Familiar FF-SIL. Los resultados muestran que el (55.2%) tiene Bienestar Psicológico en niveles Alto (46.4%) y Elevado (8.8%). En cuanto a la autoestima se halló un nivel Alto (58.9%) y Normal (38.7%), la sumatoria de estos alcanza un contundente 97.6% de la población que manifiesta una valoración personal adecuada y saludable. Sobre el funcionamiento familiar el 68.8% de los participantes percibe que su familia se encuentra en parámetros Funcionales (31.2%) o Moderadamente Funcional (37.6%). Se encontraron correlaciones significativas: una relación positiva y moderada entre bienestar psicológico y autoestima, y relaciones negativas entre funcionamiento familiar y ambas variables. Frente a ello se concluyó que los hallazgos subrayan la necesidad de abordajes integrales en investigación e intervención.

Palabras clave: autoestima, bienestar psicológico, funcionamiento familiar, relaciones interpersonales, salud mental

ABSTRACT

The objective of this study was to analyze psychological well-being, self-esteem, and family functioning in emerging adults. A quantitative, descriptive, correlational, cross-sectional, and non-experimental design was applied with a sample of 125 emerging adults ($M = 20.25$) enrolled in a pre-university program in the city of Ambato. Participants completed Ryff's Psychological Well-Being Scale, the Rosenberg Self-Esteem Scale, and the FF-SIL Family Functioning Perception Scale. The results showed that 55.2% of the sample reported high (46.4%) or elevated (8.8%) levels of psychological well-being. Regarding self-esteem, 58.9% presented high levels and 38.7% normal levels, indicating that 97.6% of the participants demonstrated an adequate and healthy self-evaluation. In terms of family functioning, 68.8% perceived their families as Functional (31.2%) or Moderately Functional (37.6%). Significant correlations were found: a positive and moderate association between psychological well-being and self-esteem, and negative associations between family functioning and both psychological variables. These findings highlight the importance of adopting comprehensive approaches in research and intervention aimed at strengthening personal and contextual resources in emerging adults.

Keywords: self-esteem, psychological well-being, family functioning, interpersonal relationships, mental health

Todo el contenido de la Revista Científica Internacional Arandu UTIC publicado en este sitio está disponible bajo licencia Creative Commons Attribution 4.0 International. 

INTRODUCCIÓN

Contexto y problemática de investigación

En las últimas décadas, la psicología ha direccionado una creciente atención hacia la comprensión del bienestar psicológico, especialmente en adultos emergentes, debido a que este grupo atraviesa una etapa de transición marcada por profundos cambios personales, académicos, sociales y laborales (Muñoz Carreño et al., 2024). Este rango etario, comprendido generalmente entre los 18 y 29 años, se caracteriza por la exploración de la identidad, la búsqueda de autonomía y la consolidación de proyectos vitales (Ryff, 1989; Luthra et al., 2023). Sin embargo, también es un periodo en el que las demandas externas y las presiones internas pueden sobrepasar las capacidades adaptativas, generando vulnerabilidades psicológicas. La situación se intensificó con la pandemia por COVID-19, la cual no solo afectó la salud física, sino que también incrementó los niveles de ansiedad, depresión y estrés en esta población (Benke et al., 2020; Wiedemann et al., 2024).

En este escenario, la autoestima se presenta como un recurso esencial, dado que influye en la manera en que los individuos interpretan y responden a las circunstancias de su vida (Bleidorn et al., 2023; Smith et al., 2024). La investigación ha mostrado que una autoestima sólida está relacionada con un mayor bienestar, resiliencia y funcionamiento general (Bermejo-Cantarero et al., 2025; Bueno-Pacheco et al., 2020). No obstante, esta relación no es lineal: variables como el apoyo social, el nivel educativo, la estabilidad económica y la salud física pueden actuar como factores moduladores (Nguyen et al., 2022; Sharma et al., 2023). En contextos latinoamericanos, donde persisten desigualdades estructurales, estos factores adquieren una relevancia particular (Bustos Chiriboga & Pinos Montenegro, 2023; Melendro et al., 2020).

Justificación y relevancia del tema

La etapa de adultez temprana es un momento crítico para el desarrollo psicológico, las decisiones que se toman en esta fase tienen un impacto duradero en la vida personal, laboral y social. Por ello, analizar las interacciones entre autoestima, bienestar psicológico y funcionamiento general no solo aporta a la comprensión teórica del fenómeno, sino que también tiene implicaciones prácticas para el diseño de programas preventivos y de intervención (Melendro et al., 2020; Pacheco et al., 2020). En Ecuador, los cambios económicos, las transformaciones culturales y la incertidumbre laboral han generado un contexto que puede afectar negativamente el bienestar de los jóvenes adultos (Bustos Chiriboga y Pinos Montenegro, 2023).

La investigación internacional ha señalado que invertir en el bienestar psicológico de esta población es una estrategia eficaz para reducir futuros problemas de salud mental y mejorar la calidad de vida (Shin & Park, 2022; Plenty et al., 2021). En Latinoamérica, sin embargo, aún

existen vacíos de información sobre cómo interactúan estos factores en contextos específicos (Bueno-Pacheco et al., 2020). De ahí que este estudio no solo busca describir y analizar dichas interacciones, sino también contribuir a la generación de evidencia contextualizada que pueda ser utilizada por profesionales de la salud, instituciones educativas y entidades gubernamentales.

Antecedentes y revisión breve de estudios previos

Diversos estudios han explorado las conexiones entre autoestima y bienestar psicológico. Ryff (1989) propuso un modelo que integra seis dimensiones: autoaceptación, crecimiento personal, propósito de vida, relaciones positivas, autonomía y dominio del entorno. Plenty et al. (2021) encontraron que estas dimensiones se correlacionan positivamente con una autoestima elevada en jóvenes adultos de diferentes contextos culturales. Asimismo, Shin y Park (2022) demostraron que el apoyo social amortigua los efectos del estrés, fortaleciendo la autoestima y, por ende, el bienestar general.

En contextos de crisis, como la pandemia, Benke et al. (2020) documentaron una disminución significativa del bienestar psicológico en jóvenes universitarios, mientras que Nguyen et al. (2022) identificaron que la práctica regular de ejercicio y la participación en actividades significativas se asociaron con mejoras en la autoestima. En Latinoamérica, Melendro et al. (2020) y Bustos y Pinos (2023) señalaron que la percepción de autonomía y el contexto socioeconómico son determinantes para el bienestar.

En Ecuador, Bueno-Pacheco et al. (2020) hallaron altos niveles de estrés y síntomas depresivos en jóvenes universitarios, lo que sugiere la necesidad de intervenciones focalizadas. Estudios más recientes, como el de Bermejo-Cantarero et al. (2025), han puesto de relieve la importancia del funcionamiento general como indicador de adaptación y salud integral, lo cual vincula directamente la calidad de las relaciones sociales y la participación activa en la comunidad con la salud mental.

Fundamentos teóricos

Este trabajo se apoya en dos marcos conceptuales principales, el primero es la Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 2000), que sostiene que la satisfacción de tres necesidades psicológicas básicas autonomía, competencia y relación es esencial para el bienestar y el funcionamiento óptimo. Esta teoría permite entender cómo la autoestima se nutre de la percepción de control sobre la propia vida, del reconocimiento de las propias capacidades y del establecimiento de vínculos significativos.

El segundo marco es el modelo de Bienestar Psicológico de Ryff (1989), ampliamente validado en diferentes contextos y culturas (Plenty et al., 2021; Shin & Park, 2022). Este modelo ofrece una perspectiva holística, integrando factores internos y externos que inciden en la salud mental. En la intersección de ambos modelos, la autoestima emerge como una variable clave, no solo como reflejo de la autopercepción, sino como un constructo dinámico que se ve

influenciado por la interacción entre experiencias personales, entorno social y condiciones contextuales (Bleidorn et al., 2023).

Desde esta perspectiva, el funcionamiento general puede entenderse como el resultado de la interacción entre recursos internos —como la autoestima— y condiciones externas —como el apoyo social y las oportunidades de desarrollo—. Cuando estos elementos están alineados, el individuo presenta mayor capacidad para adaptarse, resolver problemas y mantener un equilibrio emocional (Sharma et al., 2023; Luthra et al., 2023).

El presente estudio tuvo como objetivo analizar el bienestar psicológico, autoestima y funcionamiento familiar en adultos emergentes de un preuniversitario en Ambato. Frente a ello la hipótesis fue: Existe una relación positiva y significativa entre el funcionamiento familiar y la autoestima con los niveles de bienestar psicológico en adultos emergentes. Adicionalmente, se desarrollan los objetivos específicos: a) Describir los niveles de bienestar psicológico, autoestima y funcionamiento familiar en la muestra de adultos emergentes estudiada; b) Examinar las diferencias en los niveles de bienestar psicológico según el nivel de autoestima de los participantes; c) Identificar la relación existente entre el bienestar psicológico, la autoestima y el funcionamiento familiar en adultos emergentes de un preuniversitario en Ambato.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño

El artículo estuvo enmarcado dentro de un diseño no experimental, puesto que no se han manipulado variables de ninguna forma, por el contrario, toda la información abstraída, se obtuvo a través de una observación no participativa. Además es de tipo cuantitativo, puesto que se han obtenido datos numéricos que han sido analizados mediante procesos estadísticos y matemáticos; también tuvo un alcance descriptivo y correlacional; se detallaron los principales hallazgos a partir de la recolección de información mediante los instrumentos para las variables: bienestar psicológico, autoestima y funcionamiento familiar; de igual forma tuvo un corte transversal; es decir se aplicaron dichos instrumentos en una sola ocasión (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Además, se incluyeron hipótesis de estudio; misma que fue: **H_i**: *Existe una relación positiva y significativa entre el funcionamiento familiar y la autoestima con los niveles de bienestar psicológico en adultos emergentes y*; **H_o**: *No existe una relación positiva y significativa entre el funcionamiento familiar y la autoestima con los niveles de bienestar psicológico en adultos emergentes.*

Instrumentos

Para la variable bienestar psicológico, se consideró el Cuestionario de Bienestar Psicológico de Ryff, siendo este uno de los instrumentos más utilizados al momento de valorar el bienestar psicológico asumiendo una perspectiva multifactorial. Inicialmente fue creado y diseñado por Carol Ryff, compuesto por 39 preguntas creadas a partir de una escala Likert (Muy

en desacuerdo hasta muy de acuerdo), ofrece además de niveles de bienestar: alto, medio y bajo. Y de forma más amplia también ofrece seis dimensiones: autoaceptación, dominio del entorno, relaciones positivas, crecimiento personal, autonomía y propósito de vida. Cuenta con estudios psicométricos actualizados que han demostrado validez y confiabilidad en cada una de las dimensiones (0,74-0,91 alfa de cronbach) (Pineda, Castro y Chaparro, 2018). Y también adaptaciones a poblaciones latinas: Colombia, México, Argentina: donde se ha demostrado la consistencia de los resultados en diversos contextos, facultando su utilización para estudios con adolescentes, jóvenes y adultos de acuerdo a las adaptaciones (Freire et al., 2017; Medina, Gutiérrez y Padros, 2013; Meier y Beatriz, 2019).

De igual forma, se utilizó la Escala de Autoestima desarrollada por Rosenberg en su versión actualizada, un instrumento que cuenta con 10 ítems desarrollados a partir de una escala tipo Likert con opciones de respuesta (Muy en desacuerdo; En desacuerdo; De acuerdo; Muy de acuerdo); para la calificación se toma en cuenta los ítems pares como positivos e impares como negativos y en los negativos se invierte la escala likert para la calificación; posterior a aquello se obtiene niveles de autoestima entre baja, moderada y alta (Bueno et al., 2020). Se constituye en una herramienta útil y breve con a la alta confiabilidad con el 0,72 alfa de cronbach; cuenta con estudios de análisis psicométrico desarrollados en Perú, Chile y Colombia, se ha determinado que al agrupar los ítems, se puede hablar de dos factores esenciales, autoconfianza en el sentido positivo, y desprecio en sentido negativo (Gómez, y otros, 2016; Pineda et al., 2023). Asimismo, en Ecuador en la ciudad de Cuenca se desarrolló un estudio de adaptación al contexto cultural obteniendo resultados favorables y una estructura equitativa para hombres y mujeres mayores de edad, demostrando de esta forma su consistencia interna (Bueno et al., 2020).

También se utilizó la escala de Percepción del Funcionamiento Familiar (FF-SIL), diseñado para evaluar los componentes de la dinámica familiar a partir de la perspectiva de uno de sus miembros, está compuesto por dimensiones como: cohesión, comunicación, armonía, permeabilidad, afectividad, manejo de roles y adaptabilidad familiar. Cuenta con 14 ítems, también diseñados mediante escala tipo Likert con opciones de respuesta que van desde: casi nunca – casi siempre. Esta estructura permite identificar de forma eficiente y concreta áreas funcionales y disfuncionales, aspecto que facilita la comprensión de como el entorno familiar tiene influencia directa sobre el desarrollo psicológico y emocional de cada uno de sus miembros; tiene estudios de confiabilidad que han demostrado alfa de cronbach de 0.847 siendo aceptable para su utilidad en diversos contextos y poblaciones (Cordero-Pico, 2025).

Participantes

La muestra se conformó por 125 adultos emergentes con una media de edad de 20,25 y una D.E de 3,629 quienes están matriculados legalmente en un preuniversitario de la ciudad de Ambato Ecuador. En torno a la distribución según el sexo, el 40,8% corresponden a hombres y

el 59,2% a mujeres. Sobre el estado civil existe prevalencia del 93,6% quienes refieren ser solteros, luego el 4,0% divorciado, el 1,6% casado y solo el ,8% se encuentra en unión de hecho. En relación a la pregunta de con quien vive actualmente el 83,2% mencionó con sus padres, luego el 23,2% solo con uno de sus padres, seguido del 8,0% que vive con otro familiar, el 2,4% con sus abuelos y finalmente el 3,2 vive solo. Sobre el nivel de instrucción el 60,8% ha culminado sus estudios secundarios, mientras que el 38,4% tiene un tecnólogo. Además, el 85,6% se autoidentificó como mestizo, seguido del 8,0% como indígena, y en igual porcentaje 3,2% como afroecuatorianos y blancos. En cuanto a la identificación religiosa se evidenció que prevalece la creencia católica con un 72%, en similares porcentajes el 8,0% se tuvo, cristianos, sin identificación y otro, en menor proporción con el 2,4% mormón y el 1,6% testigos de Jehová. Asimismo, en cuanto a la ocupación el 74,4% aseguró que es estudiante, luego el 13,6% es empleado, así también el 5,6% es independiente, el 2,4% tiene otra actividad. Finalmente, al hablar del nivel socioeconómico, el 62,4% presenta un nivel medio, el 19,2% un nivel medio bajo, el 9,6% nivel bajo y solo el 8,0% un nivel alto.

Se creyó conveniente utilizar un muestreo de tipo no probabilístico por conveniencia, considerando además su disponibilidad y consentimiento informado para formar parte de los participantes del estudio. Como criterios de inclusión, se consideraron jóvenes dentro del rango de edad establecido (18 a 22 años), que se encuentren inscritos de forma legal en el preuniversitario, haber firmado correctamente el consentimiento informado. Se excluyeron a los participantes con antecedentes clínicos psiquiátricos diagnosticados, puesto que esta condición pudo terminar sesgando los resultados, haciendo que se pierda representatividad de la muestra, aquellos que no completaron correctamente los cuestionarios. Esta muestra representa un grupo importante para el análisis del desarrollo a nivel emocional y social, puesto que la etapa de adultez emergente se caracteriza por transiciones personales, familiares y académicas que afectan directamente el bienestar emocional.

Procedimiento

El desarrollo del presente artículo científico se llevó a cabo tras la aprobación del tema por parte de la Unidad de Titulación de la Universidad Nacional de Chimborazo, cumpliendo con los lineamientos éticos y metodológicos institucionales. Posteriormente, se gestionó el permiso correspondiente en el centro preuniversitario donde se desarrolló la investigación. Adicionalmente, se tomaron en cuenta y se siguieron las recomendaciones dadas en el acuerdo de Helsinki, mismos que constituyen compromisos internacionales enfocados al respeto de la dignidad humana, las libertades fundamentales para el trabajo con seres humanos, sin generar perjuicio ni daño a ninguno de los participantes. Una vez aprobada la intervención, se seleccionaron instrumentos validados para medir el bienestar psicológico, la autoestima y el funcionamiento familiar, los cuales fueron digitalizados mediante Google Forms para facilitar su aplicación (el cuestionario estuvo disponible desde 31-07-2025 hasta el 01-12-2025). Se

socializaron los objetivos y alcances del estudio con los estudiantes, enfatizando su carácter voluntario, anónimo y confidencial. Tras obtener el consentimiento informado, se difundió el enlace digital del formulario y se recolectaron las respuestas durante un mes aproximadamente. Finalmente, se construyó una matriz de datos en Excel y se realizaron los análisis estadísticos mediante el software SPSS, permitiendo interpretar los hallazgos conforme a los objetivos planteados.

Análisis de datos

Para el procesamiento y análisis de los datos se utilizó el software estadístico IBM SPSS Statistics versión 24, con el objetivo de responder a los objetivos específicos planteados en la investigación. En primera instancia, se aplicaron estadísticos descriptivos (media, desviación estándar, frecuencias y porcentajes) para caracterizar los niveles de bienestar psicológico, autoestima y funcionamiento familiar en la muestra. Posteriormente, se emplearon pruebas de correlación de Pearson para identificar la relación entre las variables principales del estudio.

RESULTADOS

El apartado capítulo se dedica a exponer los resultados descriptivos e inferenciales obtenidos tras el procesamiento de la información recolectada de la muestra (N=125) mediante el software SPSS. Inicialmente, se detallan las distribuciones de frecuencia de las variables sociodemográficas y de estudio, proporcionando el contexto esencial de la población investigada. Posteriormente, se presenta el análisis de correlación bivariado (Pearson) entre el bienestar psicológico, la autoestima y el funcionamiento familiar, conforme a los objetivos planteados. Finalmente, se muestran los hallazgos clave que sustentan la discusión y las conclusiones del estudio, ofreciendo una base empírica para comprender la relación entre estas variables psicosociales en adultos emergentes.

El análisis descriptivo de un total de 125 participantes muestra que el (55.2%) tiene Bienestar Psicológico en niveles Alto (46.4%) y Elevado (8.8%). Este hallazgo es concordante con una buena adaptación y recursos internos predominantes. Sin embargo, es crucial notar que una proporción significativa, cercana a la mitad (44.8%), se distribuye entre los niveles Bajo (27.2%) y Moderado (17.6%). Esta presencia subraya la coexistencia de un grupo robusto con otro grupo vulnerable, evidenciando la necesidad de programas de apoyo psicosocial focalizados para el 44.8% que no alcanza un bienestar óptimo, buscando mitigar el riesgo de cronicidad emocional (*ver Tabla N°1*).

Tabla 1

Bienestar psicológico

Nivel de Bienestar Psicológico	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Bienestar psicológico bajo	34	27.2
Bienestar psicológico moderado	22	17.6
Bienestar psicológico alto	58	46.4

Bienestar psicológico elevado	11	8.8
Total	125	100.0

Nota: 125 observaciones

En torno a la variable autoestima, los hallazgos revelan un perfil marcadamente positivo y robusto, con la mayoría de los participantes reportando un nivel de autoestima Alto (58.9%). Al sumar a este grupo la proporción con autoestima Normal (38.7%), se alcanza un contundente 97.6% de la población que manifiesta una valoración personal adecuada y saludable. Esta información sugiere que los adultos emergentes de este contexto poseen, en general, un recurso psicológico protector o positivo fundamental para afrontar las demandas académicas y transicionales de su etapa vital. Es un aspecto a destacar que la incidencia de autoestima Baja sea mínima, afectando únicamente al 2.4% de la muestra (*ver Tabla N°2*).

Tabla 2

Autoestima

Niveles de Autoestima	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Bajo	3	2.4
Normal	48	38.4
Alto	73	58.4
Total	124	99.2

Nota: 125 observaciones

El análisis descriptivo del Funcionamiento Familiar en la muestra revela una inclinación mayoritaria hacia la funcionalidad. Específicamente, el 68.8% de los participantes percibe que su familia se encuentra en parámetros Funcionales (31.2%) o Moderadamente Funcional (37.6%). Este predominio da paso para comprender que más de dos tercios de la población estudiada cuenta con un sistema familiar que, aunque con áreas de mejora, logra responder a las demandas de apoyo y cohesión propias de la etapa. No obstante, el estudio identifica un segmento de la muestra que reveló Disfuncionalidad (18.4%) o Disfuncionalidad Severa (12.8%), sumando estos dos sería un 31.2%. Este tercio de la población requiere una atención particular, puesto que la disfunción familiar actúa como un factor de riesgo psicosocial significativo, influyendo negativamente en el bienestar psicológico y la autoestima (*ver Tabla N°3*).

Tabla 3

Funcionamiento familiar

Funcionamiento Familiar	Frecuencia (n)	Porcentaje (%)
Funcional	39	31.2
Moderadamente funcional	47	37.6
Disfuncional	23	18.4
Severamente Disfuncional	16	12.8
Total	125	100.0

Nota: 125 observaciones

La Tabla N°4 revela una relación entre el Nivel de Bienestar Psicológico y el Nivel de Autoestima en la muestra de adultos emergentes. De forma más específica, se observa una tendencia clara: a medida que aumenta el nivel de bienestar psicológico, también se incrementa la proporción de participantes quienes presentan un nivel de autoestima alto. Mientras que, al hablar de Bienestar Psicológico Bajo, éste se asocia principalmente con una Autoestima Normal (20 participantes), mientras que el Bienestar Psicológico Alto y Elevado se asocia predominantemente con una Autoestima Alta (47 y 5 casos, respectivamente). En menor incidencia, solo 3 participantes presentan un nivel de Autoestima Bajo, y ninguno de ellos reporta un Bienestar Psicológico Alto o Elevado. Los resultados muestran de forma clara una relación positiva y significativa entre ambas variables, indicando que un mayor bienestar se relaciona fuertemente con una autoestima más alta en este grupo etario.

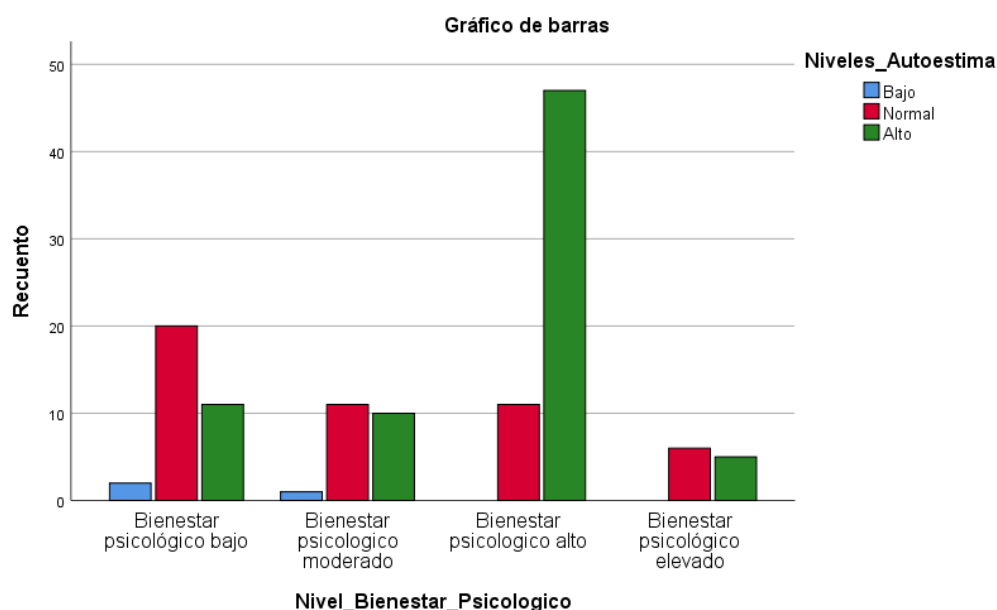
Tabla 4
Bienestar psicológico y Autoestima

Nivel de Bienestar Psicológico	Nivel de Autoestima Bajo (n)	Nivel de Autoestima Normal (n)	Nivel de Autoestima Alto (n)	Total por Fila (N)
Bienestar psicológico bajo	2	20	11	33
Bienestar psicológico moderado	1	11	10	22
Bienestar psicológico alto	0	11	47	58
Bienestar psicológico elevado	0	6	5	11
Total, por Columna	3	48	73	124

Nota: 125 observaciones

En el Gráfico N°1 se confirma la asociación positiva ya indicada en la tabla, mostrando claramente que los niveles de Bienestar Psicológico Alto y Elevado se encuentran predominantemente asociados con la Autoestima Alta (47 y 5 casos, respectivamente), lo que constituye el patrón más fuerte de la muestra. Por el contrario, los niveles de Bienestar Psicológico Bajo y Moderado se caracterizan por una mayor representación de la Autoestima Normal. Resulta notable la baja incidencia de la Autoestima Baja en todas las categorías de bienestar, lo que refuerza la conclusión de que un mayor bienestar psicológico está intrínsecamente ligado a una autopercepción positiva en esta población de adultos emergentes.

Gráfico 1
Autoestima y Bienestar Psicológico



Fuente: elaboración propia

El análisis de correlación mediante el estadígrafo de Pearson debido a la distribución normal de los datos de las variables de estudio mostró asociaciones estadísticamente significativas al nivel de 0,01 en todas las variables. Inicialmente se determinó una relación positiva y moderada entre el Bienestar psicológico y la autoestima ($r = 0,328$; $p < 0,001$), aspecto que indica que a mayor bienestar mayor autoestima. Mientras que, el bienestar psicológico reveló una correlación negativa de intensidad fuerte con el funcionamiento familiar ($r = -0,567$; $p < 0,001$), esto indica que mientras mayor es el nivel de bienestar psicológico éste se asocia con un mejor funcionamiento familiar. Finalmente, la autoestima presentó una correlación negativa y moderada con el funcionamiento familiar ($r = -0,346$; $p < 0,001$), aspecto que indica que, a mejores niveles de autoestima, mas alta es la percepción de la dinámica familiar (Ver Tabla N°5).

Tabla 5
Correlación entre: bienestar psicológico, autoestima y funcionamiento familiar

Correlaciones		Bienestar Psicológico	Autoestima	Funcionamiento familiar
Bienestar Psicológico	Correlación de Pearson	1	,328**	-,567**
	Sig. (bilateral)		,000	,000
	N	125	124	125
Autoestima	Correlación de Pearson	,328**	1	-,346**
	Sig. (bilateral)	,000		,000
	N	124	124	124

Funcionamiento familiar	Correlación de Pearson	-,567**	-,346**	1
	Sig. (bilateral)	,000	,000	
	N	125	124	125

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Finalmente, se realizó la prueba de verificación de hipótesis, mediante el Chi Cuadrado, tomando en cuenta un nivel de significancia de $p \leq 0,05$ criterio que permite corroborar si las relaciones observadas son estadísticamente significativas. Según la **Tabla N°6**, los valores de $p = ,000$ de las correlaciones analizadas, muestran resultados significativos, de modo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (*Si existe una relación positiva y significativa entre el funcionamiento familiar y la autoestima con los niveles de bienestar psicológico en adultos emergentes*). Por lo que, se corrobora empíricamente la existencia de relaciones significativas entre el bienestar psicológico, la autoestima y el funcionamiento familiar, respaldando los supuestos teóricos del estudio.

Tabla 6
Prueba de hipótesis

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	56,010 ^a	9	,000
Razón de verosimilitud	57,437	9	,000
Asociación lineal por lineal	39,870	1	,000
N de casos válidos	125		

a. 7 casillas (43,8%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,41.

DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo describir los niveles de bienestar psicológico, autoestima y funcionamiento familiar en adultos emergentes de un preuniversitario de la ciudad de Ambato, así como examinar las diferencias en el bienestar psicológico según el nivel de autoestima e identificar la relación existente entre estas variables. A partir de estos objetivos, la discusión se orienta a analizar e interpretar los principales hallazgos obtenidos, contrastándolos con la evidencia teórica y empírica previa.

Los hallazgos del estudio revelan que más de la mitad de los adultos emergentes, presentaron niveles altos y elevados de bienestar psicológico (55,2%), esto implica un perfil adaptativo con presencia de recursos internos para gestionar las demandas propias de la adultez emergente, esto concuerda con investigaciones que mencionan, que pese a las exigencias y

tensiones a nivel social y académico, muchos adultos jóvenes mantienen estabilidad en torno a su bienestar emocional, cuando tienen cerca de sí redes de apoyo y recursos personales congruentes sólidos (Buenconsejo et al., 2025; International Wellbeing Group, 2024).

Sin embargo, una sección considerable de los participantes quienes obtuvieron resultados consistentes con niveles bajos y moderados de bienestar psicológico (44,8%), revelaron presencia de vulnerabilidad de su perfil de bienestar, este hallazgo es concordante con lo planteado por estudios que hablan sobre el impacto de los factores de riesgo a nivel social y académico como: estrés, transiciones vitales, tensiones posteriores a la pandemia siendo incluso considerados como predictores del deterioro en el bienestar psicológico (Benke et al., 2020; Foster et al., 2023; Luthra et al., 2023). El hecho de tener, una pequeña sección de la población de estudio con propensión a la vulnerabilidad en torno al bienestar psicológico, da la pauta para el desarrollo de intervenciones focalizadas al desarrollo de la resiliencia emocional y con eso trabajar en la prevención, tal como lo ha sugerido como Cummins et al. (2024); Every et al. (2020).

De igual forma, en torno a la autoestima, se encontró que la mayor parte de participantes tuvo niveles altos o normales (97,6%), aspecto que indica que cuentan con un recurso psicológico que pudiera ser entendido como un factor protector. Este hallazgo concuerda con la evidencia disponible, misma que refleja que los adultos emergentes tienden a presentar niveles positivos al hablar de autoestima, en especial cuando forman parte de contextos académicos enfocados al desarrollo de sentido de competencia, autonomía e identidad (Chan & Huang, 2024; Bermejo et al., 2025). También, los resultados son concordantes con estudios desarrollados en Latinoamérica, donde se ha evidenciado que la autoestima parece ser mantener rangos de normalidad o saludables, salvo condiciones de vulnerabilidad y exposición a situaciones de estrés prolongado (Bustos Chiriboga & Pinos Montenegro, 2023; Pineda et al., 2023). Mientras que, a baja presencia de autoestima en el 2,4% de población de estudio es congruente con lo reportado en estudios sobre poblaciones que inicia sus estudios a nivel universitario, donde la presencia de autoestima baja, se mantiene reducida, salvo en situaciones de crisis e incluso el uso excesivo de redes sociales (Khalaf et al., 2023; Smith et al., 2024; Pop et al., 2022).

Con respecto a los hallazgos de la variable funcionamiento familiar, se determinó prevalencia de dinámica familiar funcional o modernamente funcional en el 68,8%, aspecto que implica la presencia de redes de apoyo a nivel familiar que desempeñan un rol protector, esto es concordante con estudios que hablan sobre la relevancia del apoyo familiar, como protector frente a situaciones altamente demandantes de estrés, siendo incluso un predictor de bienestar psicológico en la etapa de la adultez emergente (Shin & Park, 2022; Wan et al., 2025). Sin embargo, la presencia de un 31,2% de participantes quienes reflejaron una disfunción familiar y disfunción severa, concuerda con estudios que destacan que la familia en ocasiones también

puede ser un factor de riesgo, en especial aquellos con recursos económicos limitados y con problemas a nivel emocional (Gouin et al., 2023; Cordero-Pico, 2025). Frente a estos hallazgos en esta sección de los participantes, se refuerza los lineamientos descritos por la teoría del desarrollo positivo juvenil, que refiere la importancia de las redes de apoyo familiar para fortalecer trayectorias saludables de desarrollo (Buenconsejo et al., 2025).

Bajo esta misma línea, en torno la relación entre el bienestar psicológico y autoestima, los datos revelan que, a mayor nivel de bienestar, mayor es también la tendencia en experimentar autoestima alta. La ausencia de participantes con autoestima baja en niveles altos y elevados de bienestar, concuerda con lo propuesto por Maldonado et al., (2020), quienes mencionan que la autoestima es un predictor positivo y consistente con capacidad adaptativa en la adultez temprana. También, concuerda con lo propuesto por Chan y Huang (2024), quienes sugieren que la autoestima desempeña un rol mediador que fortalece la satisfacción vital y además reduce el impacto de condiciones negativas. Desde la perspectiva teórica, la conjugación positiva de estas variables se asocia con la propuesta de Ryff, quien asegura que, en el bienestar psicológico, al integrar la autoaceptación como eje principal, por lo que está relacionado con niveles elevados de autoestima (Freire et al., 2017; Medina et al., 2013).

Finalmente, la correlación entre las variables permitió profundizar las apreciaciones en torno a los hallazgos, la correlación, positiva y moderada entre el bienestar psicológico y autoestima ($r = 0,328$; $p < 0,001$), se asocia a varios estudios que han afirmado que mayor valoración personal, se asocia a un mejor funcionamiento a nivel emocional, social y cognitivo (Bermejo et al., 2025; Sommantico et al., 2024). La correlación inversa y fuerte entre el funcionamiento familiar y el bienestar psicológico ($r = -0,567$; $p < 0,001$), concuerda con investigaciones que revelan que los ambientes familiares disfuncionales, son favorecedores del riesgo a experimentar malestar emocional y reducen la capacidad de adaptación psicológica (Every et al., 2020; Shin & Park, 2022). De igual forma, la correlación inversa moderada entre la autoestima y el funcionamiento familiar ($r = -0,346$; $p < 0,001$), se asocia con estudios sobre la calidad de la dinámica familiar, siendo un factor determinante para la formación de autoestima saludable (Muñoz Carreño et al., 2024; Pineda et al., 2023). De modo que, estos hallazgos reafirman la idea de partida sobre la adultez emergente, etapa caracterizada por una fuerte incidencia de factores intrapersonales y contextuales, mismos que llegan a mitigar o reducir el desarrollo emocional y por ende el bienestar psicológico.

CONCLUSIONES

La mayoría de los participantes obtuvo niveles altos de bienestar psicológico, aspecto que indica un perfil general de adaptación positiva frente a las demandas que implica la adultez emergente. Sin embargo, la presencia de un porcentaje considerable con niveles moderados o bajos revela en menor proporción perfil propensos a experimentar malestar. Estos resultados

dan la pauta para entender que el bienestar no es homogéneo y requiere intervenciones diferenciadas según el nivel de riesgo.

En relación a la autoestima, los resultados revelaron niveles mayoritariamente altos o normales, esto muestra que los adultos emergentes, tienen recursos personales sólidos que les permiten afrontar los desafíos inherentes a la etapa de la adultez emergente; también la baja prevalencia de autoestima muestra que en el contexto social y académico y podría estar favoreciendo el desarrollo personal. De modo que se destaca como factor protector a la autoestima dentro del ajuste psicológico.

Sobre el funcionamiento familiar, éste se relacionó significativamente con los niveles de bienestar psicológico, mostrando que las dinámicas familiares positivas actúan como un amortiguador frente al estrés y las dificultades emocionales. La presencia de familias disfuncionales en un porcentaje relevante de participantes evidencia una fuente de riesgo que impacta directamente en la salud emocional.

Finalmente, se confirmó la relación positiva entre autoestima y bienestar psicológico, lo que indica que una valoración personal saludable se asocia con mejores niveles de ajuste emocional y satisfacción vital. Del mismo modo, las relaciones negativas entre funcionamiento familiar y tanto la autoestima como el bienestar muestran que los factores contextuales influyen de manera directa en la dinámica psicológica.

Limitaciones

La naturaleza transversal del estudio impide establecer relaciones causales entre bienestar psicológico, autoestima y funcionamiento familiar. Los resultados describen asociaciones, pero no permiten determinar direccionalidad ni cambios a lo largo del tiempo.

El tamaño de la muestra fue relativamente reducido, lo que limita la generalización de los resultados a otras poblaciones jóvenes o universitarias. Futuras investigaciones deberían incluir muestras más amplias y diversas para mejorar la validez externa.

El uso exclusivo de instrumentos de autoinforme puede introducir sesgos de deseabilidad social, ya que los participantes podrían responder de manera más positiva de lo que realmente experimentan. La inclusión de evaluaciones cualitativas fortalecería la precisión de los hallazgos.

Prospectivas

Realizar estudios longitudinales que permitan seguir la evolución del bienestar psicológico y la autoestima en el tiempo, identificando cómo los cambios en el funcionamiento familiar pueden influir en trayectorias de ajuste emocional.

Ampliar la investigación incorporando variables adicionales, como apoyo social, estrategias de afrontamiento, estrés académico o uso de redes sociales, para comprender de manera más integral los factores que configuran el bienestar en adultos emergentes.

Diseñar y evaluar intervenciones psicológicas basadas en los hallazgos, dirigidas a fortalecer la autoestima, mejorar el funcionamiento familiar y promover el bienestar. Estudios experimentales o cuasiexperimentales permitirían analizar su impacto real en la población.

REFERENCIAS

- Alvarez, C., Mirza, L., DasMunshi, J., & Oswald, T. (2025). Social connection interventions and depression in young adults: A systematic review and meta-analysis. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 60(3), 549–562. <https://doi.org/10.1007/s00127-024-02722-1>
- Benke, C., Autenrieth, L., Asselmann, E., & Pané, C. (2020). Lockdown, quarantine measures, and social distancing: Associations with depression, anxiety and distress at the beginning of the COVID-19 pandemic among adults from Germany. *Psychiatry Research*. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113462>
- Bermejo, A., Velázquez, L., Romero, C., Expósito, R., Onieva, M., Rodríguez, J., & Sánchez, M. (2025). Relationship between self-esteem and physical activity in university students. Gender differences: Cross-sectional study. *Nursing Open*, 12(4), e70205. <https://doi.org/10.1002/nop2.70205>
- Buenconsejo, J., Ferrer, L., Dimitrova, R., Pavlova, I., Bosnar, K., Bartoluci, S., Katović, D., Prot, F., Sultana, M. S., Islam, M. S., Michałek-Kwiecień, J., Skrzypińska, K., Kazmierczak, M., Lewandowska-Walter, A., Borchet, J., Buzea, C., Stefenel, D., Page, D. T., Luden, M. K., Jovanović, V., ... Altansukh, S. (2025). Global profiles of positive youth development: A person-oriented analysis among emerging adults living in 21 countries. *Journal of Youth and Adolescence*, 54(8), 2094–2119. <https://doi.org/10.1007/s10964-025-02174-z>
- Bueno, A., Lima, S., Arias, P., Peña, E., Aguilar, M., & Cabrera, M. (2020). Estructura Factorial, Invarianza y Propiedades Psicométricas de la Escala de Autoestima de Rosenberg en el Contexto Ecuatoriano. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 3(1), 56. Obtenido de https://www.redalyc.org/journal/4596/459664450008/movil/?utm_source=chatgpt.com
- Bustos Chiriboga, L., & Pinos Montenegro, J. (2023). Ansiedad y autoestima en adolescentes de la ciudad de Latacunga. *Wimb Lu*, 18(2), 79–102. <https://doi.org/10.15517/wl.v18i2.57845>
- Chan, S., & Huang, Q. (2024). The mediating role of self-esteem in the relationship between hope and life satisfaction among university students during a global health crisis. *Health Science Reports*. <https://doi.org/10.1002/hsr2.2311>
- Cordero-Pico, K. (2025). Propiedades psicométricas de la escala de funcionalidad familiar FF-SIL en adolescentes. *Prometeo Conocimiento Científico*, 5(1), 1-12. doi:10.55204/pcc.v5i1.e64
- Cummins, K., Brumback, T., Corrales, C., Nooner, K., Brown, S. & Clark, D. (2024). Patterns of depression symptoms in relation to stressors and social behaviors during the COVID-

- 19 pandemic among older youth and emerging adults in the United States. *PLOS Global Public Health*. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003545>
- Every, S., Jenkins, M., Gendall, P., Hoek, J., Beaglehole, B., Bell, C., Williman, J., Rapsey, C., & Stanley, J. (2020). Psychological distress, anxiety, family violence, suicidality, and wellbeing in New Zealand during the COVID-19 lockdown: A cross-sectional study. *PLoS One*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0241658>
- Figuerola-Escoto, R. P., Luna, D., Lezana-Fernández, M. A., & Meneses-González, F. (2021). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) en población mexicana. *CES Psicología*, 14(3), 70–93. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2011-30802021000300070&script=sci_arttext
- Foster S, Estévez N, Walitza S, Mohler M. The Impact of the COVID-19 Pandemic on Young Adults' Mental Health in Switzerland: A Longitudinal Cohort Study from 2018 to 2021. *Int J Environ Res Public Health*. 2023 Jan 31;20(3):2598 10.3390/ijerph20032598
- Freire, C., Ferrádas, M., Núñez, J., & Valle, A. (2017). The factorial structure of Ryff's Psychological Well-Being Scales in university students. *European Journal of Education and Psychology*, 10(1), 1-8. doi:10.1016/j.ejeps.2016.10.001
- Gómez, M., Espada, J., Morales, A., Marchal, L., Soler, F., & Vallejo, P. (2016). Adaptation, Validation, Reliability and Factorial Equivalence of the Rosenberg Self-Esteem Scale in Colombian and Spanish Population. *Spanish Population. Span J Psychol*, 14(19:E66), 1-19. doi:10.1017/sjp.2016.67.
- Gouin, J. P., de la Torre-Luque, A., Sánchez-Carro, Y., Geoffroy, M. C., & Essau, C. (2023). Heterogeneity in the trajectories of psychological distress among late adolescents during the COVID-19 pandemic. *JCPP Advances*, 3(4), e12195. <https://doi.org/10.1002/jcv2.12195>
- Graupensperger, S., Calhoun, B. H., Fairlie, A. M., Walukevich-Dienst, K., Patrick, M. E., & Lee, C. M. (2024). Simultaneous use of alcohol and cannabis and attenuated age-related declines in alcohol and cannabis use disorder symptoms across young adulthood. *Drug and Alcohol Dependence Reports*. <https://doi.org/10.1016/j.dadr.2024.100252>
- Graupensperger, S., Calhoun, B. H., Patrick, M. E., & Lee, C. M. (2022). Longitudinal effects of COVID-19-related stressors on young adults' mental health and wellbeing. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. <https://doi.org/10.1111/aphw.12344>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Iª investigación* (Sexta ed.). (I. Editores, Ed.) Mpexico D.F.: Mc. Graw Hill.
- International Wellbeing Group. (2024). *Personal Wellbeing Index Manual*. Australian Centre on Quality of Life, School of Psychology, Deakin: Cummins, R. A. (Ed.). Geelong: Obtenido de <http://www.acqol.com.au/publications#Open-access>

- Khalaf, A. M., Alubied, A. A., Khalaf, A. M., & Rifaey, A. A. (2023). The impact of social media on the mental health of adolescents and young adults: A systematic review. *Cureus*, 15(8), e42990. <https://doi.org/10.7759/cureus.42990>
- Luthra, S., Agrawal, S., Kumar, A., Sharma, M., Joshi, S., & Kumar, J. (2023). Psychological well-being of young adults during COVID-19 pandemic: Lesson learned and future research agenda. *Heliyon*, 9(5), e15841. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e15841>
- Maldonado, L., et al. (2020). The association of self-esteem and psychosocial outcomes in young adults: A 10-year prospective study. *Journal of Youth and Adolescence*. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.02>.
- Mahmud, A., Islam, S., & Sharif, F. (2022). Components and predictors of psychological wellbeing in young adults. *The Eurasia Proceedings of Educational and Social Sciences*, 25, 166–193. <https://doi.org/10.55549/epess.1221491>
- Medina, M., Gutiérrez, C., & Padros, F. (2013). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Ryff en población mexicana. *Revista de Educación y Desarrollo*, 27(1), 25-31.
- Meier, L., & Beatriz, L. (2019). Adaptation and Psychometric Analysis of Ryff's Scales of Psychological Well-Being in Argentinean Adolescents. *PSYKHE*, 28(1), 1-16. Obtenido de https://www.scielo.cl/pdf/psykhe/v28n1/0718-2228-psykhe-28-01-psykhe_28_1_1169.pdf
- Meléndez-Gallego, M., Campos, G., Rodríguez-Bravo, A. E., & Arroyo Resino, D. (2020). Young people's autonomy and psychological well-being in the transition to adulthood: A pathway analysis. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01946>
- Muñoz Carreño, N., Cova Solar, F., Sánchez-Queija, M. I., & Díez López, M. (2024). The theory of emerging adulthood in Latin America: A scoping review. *Emerging Adulthood*. <https://doi.org/10.1177/21676968241278945>
- Nguyen, T., et al. (2022). Mental wellbeing among urban young adults in a developing country: A latent profile analysis. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.834957>
- Pop, L. M., Iorga, M., & Iurcov, R. (2022). Body-esteem, self-esteem and loneliness among social media young users. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35564458/>
- Plineda, C., Castro, J., & Chaparro, R. (2018). Psychometric Study of the Ryff Psychological Well-Being Scales in Young Colombian Adults. *Pensamiento Psicológico*, 16(1), 45-55. doi:10.11144/Javerianacali.PPSI16-1.epeb
- Plineda, C., Villalobos, F., Llinás, H., Manjarres, E., & Salamanca, Y. (2023). Reliability, Dimensionality and Invariance of the Rosenberg Self-Esteem Scale in Colombian Adolescents. *Universitas Psychologica*, 22(1), 1-13. doi:10.11144/Javeriana.upsy22.cdie

- Psicología UNEMI. (2023). Niveles de satisfacción con la vida y su relación con la autoestima en adolescentes. *Psicología UNEMI*, 7(12), 23–34. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol7iss12.2023pp23-34p>
- Shin, H., & Park, C. (2022). Social support and psychological well-being in younger and older adults: The mediating effects of basic psychological need satisfaction. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1051968>
- Simões, S. C. C., Marques, L. M. C., Andrade, D. A. F. S., Henriques, S. I. F. D. N., Ferreira, L. A. A. P., & Espírito-Santo, H. M. A. D. (2025). Psychological distress and the COVID-19 pandemic: The role of personality and coping strategies. *Cadernos de Saúde Pública*, 40(12), e00096123. <https://doi.org/10.1590/0102-311XEN096123>
- Smith, O. E., Mills, J. S., & Samson, L. (2024). Out of the loop: Taking a one-week break from social media leads to better self-esteem and body image among young women. *Body Image*, 49, 101715. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101715>
- Sommantico, M., Postiglione, J., Fenizia, E., & Parrello, S. (2024). Procrastination, perfectionism, narcissistic vulnerability, and psychological well-being in young adults: An Italian study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(8), Article 1056. <https://doi.org/10.3390/ijerph21081056>
- Wan, J., Wee, L. H., Siau, C. S., & Wong, Y. H. (2025). Psychological well-being and its associated factors among university students in Sichuan, China. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1473871>
- Wiedemann, A., Jones, P. B., & Burn, A. M. (2024). Impact of the COVID-19 pandemic on young adults' mental health and beyond: A qualitative investigation nested within an ongoing general population cohort study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 59(12), 2203–2213. <https://doi.org/10.1007/s00127-024-02659-5>