

Revista de Psicología del Deporte  
2010. Vol. 19, núm. 2, pp. 291-304  
ISSN: 1132-239X

Universitat de les Illes Balears  
Universitat Autònoma de Barcelona

# PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DE LA ESCALA DE SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN SUJETOS PRACTICANTES DE ACTIVIDAD FÍSICA

Juan L. Núñez, José Martín-Albo\* y Evelia Domínguez\*

*PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE SATISFACTION WITH LIFE SCALE IN PHYSICAL ACTIVITY  
PRACTITIONERS*

**KEYWORDS:** Psychometric properties, Motivation, Life satisfaction, Physical activity.

**ABSTRACT:** The aim of this study was to translate into Spanish and analyse the psychometric properties of the Satisfaction with Life Scale (SWLS). The sample included 508 participants engaged in physical activity (275 men and 233 women) with a mean age of 34.31 years (SD = 11.85). The results of the confirmatory factor analysis showed evidence of construct validity, and the factorial structure of the scale was invariant with respect to gender. Furthermore, the correlations analysis showed that satisfaction with life was significantly and positively related to intrinsic motivation and physical self-concept. Finally, the results showed evidence of the instrument's reliability and predictive validity. These results support the use of the SWLS to assess satisfaction with life within the context of physical activity in adults.

---

Correspondencia: Juan Luis Núñez. Departamento de Psicología y Sociología. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. 35004 Las Palmas (España). E-mail: jnunez@dps.ulpgc.es

\* Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, España.

— Fecha de recepción: 21 de Marzo de 2009. Fecha de aceptación: 7 de Abril de 2010.

La actividad física, desde un punto de vista funcional y biológico, es definida por Caspersen, Powell y Christensen (1985) como el movimiento corporal de cualquier tipo producido por la contracción muscular y que conduce a un incremento del gasto energético de la persona. A su vez, podemos diferenciar tres principales tipos de actividad física según el contexto y la forma: actividad física cotidiana, ejercicio físico y deporte. En el presente trabajo nos vamos a centrar concretamente en sujetos practicantes de ejercicio físico, entendido éste como una forma de actividad física de tiempo libre (no ocupacional), con objetivos externos y específicos como mejorar la salud, la ejecución física o ponerse en forma (Caspersen et al., 1985). En este sentido, la actividad física contribuye al aumento del bienestar psicológico (Thøgersen-Ntoumani et al., 2005).

El concepto de bienestar psicológico ha sido definido y tratado desde diferentes perspectivas; una de ellas ha sido la Teoría de la Autodeterminación (TAD) que considera el bienestar psicológico como un funcionamiento psicológico vital basado en experiencias positivas y saludables, donde el sentido del yo es congruente y está integrado dentro de la personalidad (Deci y Ryan, 1985, 2000). En este sentido, la TAD establece como indicadores de bienestar psicológico la autoestima, la satisfacción con la vida y la vitalidad subjetiva. La satisfacción con la vida es considerada una medida del bienestar subjetivo, que a su vez es consecuencia de las acciones autodeterminadas. En general, el logro intrínseco de los objetivos de vida se relaciona con la satisfacción directa de las necesidades psicológicas básicas (autonomía percibida, competencia percibida y percepción de las relaciones interpersonales), mejorando así el bienestar.

Para Pavot y Diener (1993) el bienestar subjetivo se compone de dos aspectos: (a) un componente afectivo que se divide en afecto positivo (alegría, euforia, orgullo, cariño, optimismo) y negativo (tristeza, ansiedad, preocupación, enfado, envidia), y (b) un componente cognitivo que se refiere a la satisfacción con la vida. Estos componentes están relacionados entre sí, de manera que la satisfacción con la vida correlaciona positivamente con afecto positivo y de manera negativa con afecto negativo (Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985; Diener, Suh y Oishi, 1997; Gouveia, Milfont, Fonseca y Coelho, 2009).

Es importante señalar que la satisfacción con la vida es la evaluación general que un sujeto realiza sobre su vida, consecuencia de múltiples valoraciones sobre los distintos aspectos que la componen, en base a sus propios criterios y de manera global (Diener et al., 1997; Pavot y Diener, 1993; Pavot, Diener, Colvin y Sandvik, 1991).

En este sentido, se han desarrollado diferentes instrumentos de medida de la satisfacción con la vida, siendo el más utilizado, la *Satisfaction With Life Scale* (SWLS) elaborada por Diener et al., (1985) a partir de una muestra de estudiantes universitarios y personas de la tercera edad. La escala mostró una estructura unidimensional y unas adecuadas propiedades psicométricas. Además, este instrumento ha sido traducido a numerosos idiomas: árabe (Abdallah, 1998); checo (Lewis, Shevlin, Smekal y Dorahy, 1999); chino (Sachs, 2004); español (Atienza, Balaguer y García-Merita, 2000); francés (Blais, Vallerand, Pelletier y Brière, 1989); holandés (Arrindell, Meeuwesen y Huyse, 1991); malayo (Swami y Chamorro-Premuzic, 2009); noruego (Vitterso, Biswas-Diener y Diener, 2005); portugués (Neto, 1993); ruso (Balatsky y Diener, 1993); sueco (Hultell y Gustavsson, 2008) y taiwanés (Wu y Yao, 2006).

En general, esta escala ha presentado buenas propiedades psicométricas. En concreto, se obtuvieron buenos resultados en cuanto a la consistencia interna con valores superiores a .80 en el alfa de Cronbach (Atienza et al., 2000; Blais et al., 1989; Chico y Ferrando, 2008; Diener et al., 1985; Hultell y Gustavsson, 2008; Pavot y Diener, 1993; Pavot et al., 1991; Swami y Chamorro-Premuzic, 2009). Respecto a la estabilidad temporal, en la versión original, Diener et al. (1985) obtuvieron una correlación test-retest de .82 durante un periodo de dos meses. Otros estudios han mostrado su estabilidad temporal con una correlación de .83 (Abdallah, 1998) y .84 (Pavot et al., 1991) en un periodo de cuatro semanas; .64 en un periodo de dos meses (Blais et al., 1989) y .54 en un periodo de cuatro años (Pavot y Diener, 1993).

Respecto a la estructura factorial, diversos estudios han confirmado un modelo unidimensional de la SWLS (Atienza et al., 2000; Blais et al., 1989; Gouveia et al., 2009; Hultell y Gustavsson, 2008; Lewis et al., 1999; Pons, Atienza, Balaguer y García-Merita, 2002; Sachs, 2004; Shevlin, Brunson y Miles, 1998; Swami y Chamorro-Premuzic, 2009; Wu y Yao, 2006).

Los resultados de algunos análisis indican que la SWLS es invariante con respecto al género, pero no en lo referente a la edad (Hultell y Gustavsson, 2008; Shevlin et al., 1998; Wu y Yao, 2006). Por el contrario, Atienza, Balaguer y García-Merita (2003) encuentran que no es invariante con respecto al género, pues los hombres muestran mayor satisfacción con la vida que las mujeres. Por otro lado, Swami y Chamorro-Premuzic (2009) sostienen en su estudio, que la SWLS es invariante entre grupos étnicos del mismo contexto cultural. Con respecto a la edad, se ha demostrado que conforme aumenta la edad de las personas se mejora la satisfacción

con la vida (Diener et al., 1997). Esto ha sido explicado porque los logros obtenidos parecen ser más valorados en las personas con más edad que presentan además, menos aspiraciones. Otros estudios, por el contrario, muestran una disminución de la satisfacción con la vida a medida que aumenta la edad (Stubbe, De Moor, Boomsma y De Geus, 2007). Esto se explica, por un lado, debido al gran número de expectativas y aspiraciones de las personas más jóvenes y, por otro lado, porque la salud de las personas más jóvenes resulta ser mejor que entre los sujetos de más edad.

Además, Blais et al., (1989), encuentran una relación positiva entre la satisfacción con la vida y variables motivacionales como interés, emociones positivas y sentimientos de competencia en el ámbito escolar, y entre ésta y las características de personalidad en personas de la tercera edad tales como el locus de control interno y la autoestima.

Por otro lado, Balaguer et al. (2008) demostraron, dentro de una secuencia motivacional, una relación directa y positiva entre la motivación autodeterminada y el bienestar psicológico que incorporaba una medida de satisfacción con la vida. De manera similar, Martín-Albo, Núñez, Navarro y Grijalvo (2009) comprobaron la influencia tanto de la motivación intrínseca como del autoconcepto sobre el bienestar psicológico de estudiantes universitarios, donde tanto el autoconcepto familiar como el social tenían un papel mediador en la relación entre motivación intrínseca y bienestar psicológico, medido éste a través de la autoestima y la ansiedad estado. Varios estudios han analizado las interrelaciones entre autoconcepto en su dimensión física y satisfacción con la vida como medida del bienestar psicológico, mostrando una relación positiva entre ambas variables (e.g.

Thøgersen-Ntoumani, Fox y Ntoumanis, 2005). Por su parte, Parker, Martin y Marsh (2008) exploraron el autoconcepto como predictor de la satisfacción con la vida, destacando como factores del autoconcepto, el atractivo físico y la habilidad física.

En general, la SWLS se ha mostrado como un instrumento adecuado para evaluar la satisfacción con la vida en contextos diferentes como el académico (Atienza et al., 2003; Wu y Yao, 2006), con personas de la tercera edad (Blais et al., 1989), deportistas de competición (Balaguer, Castillo y Duda, 2008), personas de diferentes culturas (Tucker, Ozer, Lyubomirsky y Boehm, 2006), así como para el estudio de la contribución de la genética en la satisfacción con la vida (Stubbe et al., 2007). Esta escala ha sido traducida y validada al español en una muestra de estudiantes adolescentes (Atienza et al., 2000) y validada posteriormente en una muestra de sujetos de la tercera edad (Pons et al., 2002). Sin embargo, no existen estudios que hayan realizado un análisis de las propiedades psicométricas de la SWLS en el ámbito de la actividad física, por lo que en el presente estudio nos proponemos traducir la SWLS y analizar sus propiedades psicométricas en una muestra de practicantes de actividad física con un rango amplio de edad.

## Método

### Participantes

Formaron parte de este estudio un total de 508 participantes en actividades físicas realizadas tanto bajo la supervisión de un profesional especializado como no supervisadas, de los cuales 275 eran hombres y 233 eran mujeres. La media de edad de los participantes fue de 34.31 años ( $DT = 11.85$ ) y el rango de edad se situó entre 18 y 74 años. Estos participantes realizaban actividad física

durante un mínimo de dos días por semana, en sesiones de entre 45 y 90 minutos de duración.

Para el análisis de la estabilidad temporal de la escala se utilizó una segunda muestra de 242 participantes, 141 hombres y 101 mujeres, con una media de edad de 31.76 años ( $DT = 12.58$ ) que cumplimentaron la escala en dos ocasiones tras un intervalo de cuatro semanas.

### Instrumentos

Para medir la satisfacción con la vida se administró la SWLS (Diener et al., 1985). Para traducir esta escala al español se adoptó la estrategia de traducción inversa (Hambleton, 1996). Se tradujeron los ítems al español y posteriormente otro grupo de traductores volvió a traducirlos al inglés, comparándolos con los originales. Posteriormente, se sometieron los ítems a una evaluación por parte de tres expertos en la temática (Lynn, 1986) que estimaron que los ítems fueron pertinentes para medir el constructo de interés, además de la correcta redacción de los mismos en cuanto a la utilización de la gramática española. Esta escala está compuesta por cinco ítems que evalúan la satisfacción global con la vida (e.g. estoy satisfecho con mi vida). Las respuestas están expresadas en una escala tipo Likert de 1 (*nada de acuerdo*) a 7 (*totalmente de acuerdo*) puntos, con una puntuación intermedia de 4 (*medianamente de acuerdo*).

Para medir la motivación intrínseca se utilizó la subescala Motivación Intrínseca de la *Perceived Locus of Causality Scale* (PLOC) de Goudas, Biddle y Fox (1994) validada al español (Moreno, González-Cutre y Chillón, 2009) compuesta por cuatro ítems que responden al enunciado “participo en actividades de ejercicio físico” (e.g. porque el ejercicio físico es estimulante). Esta subescala se

evalúa de acuerdo a una escala tipo Likert de 1 (*nada de acuerdo*) a 7 (*totalmente de acuerdo*) puntos. En el presente estudio, la consistencia interna medida a través del alfa de Cronbach fue de .85.

Para medir el autoconcepto físico se utilizó la subescala Autoconcepto Físico General del *Cuestionario de Autoconcepto Físico* (CAF) de Goñi, Ruiz de Azua y Liberal (2004) compuesta por seis ítems (e.g. físicamente me siento bien). Las respuestas se evalúan a través de una escala tipo Likert de 1 (*nada de acuerdo*) a 7 (*totalmente de acuerdo*) puntos. La consistencia interna de esta subescala en el presente estudio fue de .90.

### Procedimiento

En primer lugar, se contactó con los directores responsables de diversos centros polideportivos públicos de actividad física de la isla de Gran Canaria, para informarles de los objetivos del estudio y solicitarles su autorización para llevarlo a cabo. Los instrumentos se administraron en las instalaciones de cada centro a la entrada o salida de los usuarios, de forma individual, durante aproximadamente 5 minutos. Previamente se comunicó a dichos usuarios que la participación era voluntaria, insistiendo en la necesidad de ser sinceros en sus respuestas. El orden de aplicación de los instrumentos fue el siguiente: PLOC, CAF y SWLS.

En el caso de la muestra para el retest se cumplimentó la escala por segunda vez a través de llamadas telefónicas.

### Análisis de datos

Se realizó un análisis de los estadísticos descriptivos de los ítems de la escala SWLS para determinar el cumplimiento de normalidad univariada en el que se utilizó como criterio que la asimetría se sitúe por debajo del valor 2 y la curtosis por debajo del valor 7

(Curran, West y Finch, 1996). Para determinar la validez de constructo de la SWLS se llevó a cabo un análisis factorial confirmatorio (AFC), un análisis de invarianza en función de la variable género, así como un análisis de correlaciones con las variables motivación intrínseca y autoconcepto físico. Se realizó un análisis de fiabilidad a través de la consistencia interna y la estabilidad temporal. Por último, se analizó la evidencia de validez predictiva para la escala a partir de un análisis de ecuaciones estructurales. Para realizar estos análisis se utilizaron los programas estadísticos AMOS 7.0 y SPSS 15.

### Resultados

#### Análisis descriptivos

En la Tabla 1 se muestran los estadísticos descriptivos (media, desviación típica, asimetría y curtosis) de los ítems de la escala SWLS. Como se observa, todos los valores de asimetría y curtosis cumplen con el criterio de normalidad propuesto por Curran et al. (1996), lo que indica semejanza con la curva normal. Asimismo, el coeficiente de Mardia fue de 25.22, lo que supone un incumplimiento del supuesto de normalidad multivariada, por lo que se procedió a utilizar la técnica de bootstrapping en el AFC.

#### Análisis factorial confirmatorio

La estructura unidimensional de la SWLS fue evaluada con un AFC utilizando el procedimiento estándar de máxima verosimilitud y la matriz de covarianzas entre los ítems como entrada para el análisis de datos. Asimismo, se procedió a realizar un bootstrapping estándar con un remuestreo de 500 muestras. Este procedimiento permite comparar los valores estimados sin bootstrapping con el conjunto de valores estimados en el mismo indicando el

nivel de sesgo. Los intervalos de confianza (diferencias entre los valores estimados altos y bajos, en las distintas muestras del bootstrap), los pesos de regresión y los pesos estandarizados de regresión deben ser significativamente distintos de cero para considerar que la falta de normalidad no afecta a los estimadores (Byrne, 2001).

rizados de regresión deben ser significativamente distintos de cero para considerar que la falta de normalidad no afecta a los estimadores (Byrne, 2001).

Ítem	Media	DT	Asimetría	Curtosis
En general, mi vida se corresponde con mis ideales	5.34	1.33	-.66	.28
Mis condiciones de vida son muy buenas	5.38	1.16	-.40	.02
Estoy satisfecho con mi vida	5.55	1.25	-.77	.60
Hasta ahora, he logrado cosas importantes en la vida	5.50	1.26	-.81	.62
Si volviese a nacer, desearía tener la misma vida	5.20	1.63	-.76	-.13
Escala 5 ítems			25.22	

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de los ítems de la escala SWLS.

Los resultados del AFC mostraron los siguientes índices de ajuste:  $\chi^2/gf = 2.98$ ; GFI = .99; AGFI = .96; NFI = .99; IFI = .99; CFI = .99; RMSEA = .06 (LO 90 = .03; HI 90 = .10) y SRMR = .02. Con respecto a los pesos factoriales de los ítems, oscilaron entre .66 del ítem 5 “si volviese a nacer, desearía tener la misma vida” y .85 del ítem 3 “estoy satisfecho con mi vida”, siendo todos ellos significativos ( $p$

< .05). El bootstrapping mostró que los intervalos de confianza de los pesos de regresión y de los pesos estandarizados de regresión fueron distintos de cero por lo que la falta de normalidad multivariada y la presencia de outliers no afectaban a los estimadores. Estos resultados mostraron que los errores típicos de los pesos factoriales oscilaron entre .00 y .08, siendo los niveles de sesgo muy bajos (Tabla 2).

Parámetros	EE	EE-EE	Media	Sesgo	EE-Sesgo	ICI	ICS	$p$
Ítem 1 <--- SWLS	.00	.00	1.00	.00	.00	1.00	1.00	
Ítem 2 <--- SWLS	.05	.00	.92	-.00	.00	.83	1.00	.004
Ítem 3 <--- SWLS	.07	.00	1.08	.00	.00	.97	1.20	.004
Ítem 4 <--- SWLS	.07	.00	.87	.00	.00	.75	.98	.005
Ítem 5 <--- SWLS	.08	.00	1.10	.00	.00	.96	1.25	.004

Nota. EE = error estandarizado; ICI = límite inferior; ICS = límite superior.

Tabla 2. Errores estandarizados de los factores en el bootstrapping, media de los parámetros estimados no estandarizados, e intervalos de confianza ajustados de los parámetros.

Respecto al modelo reespecificado, los resultados mostraron que los parámetros estimados

fueron significativos ( $p < .01$ ) y los errores estandarizados oscilaron entre .05 y .08 (Tabla 3).

Parámetros	Valor estimado	EE	RC
Ítem 1 <--- SWLS	1.00		
Ítem 2 <--- SWLS	.92*	.05	16.65
Ítem 3 <--- SWLS	1.08*	.06	17.53
Ítem 4 <--- SWLS	.87*	.06	14.38
Ítem 5 <--- SWLS	1.10*	.08	14.02

Nota. EE = error estandarizado; RC = ratio crítico

\*  $p < .01$

Tabla 3. Parámetros estimados del modelo reespecificado.

### Análisis de la invarianza por género

El objetivo de este análisis fue probar la invarianza de la estructura factorial de la SWLS en función del género. El análisis de invarianza se realizó mediante un análisis multigrupo con una submuestra de 275 hombres y otra submuestra de 233 mujeres, donde se sometieron a prueba tres modelos. Los índices de ajuste para ambas muestras fueron satisfactorios. Los índices de ajuste correspondientes a la muestra de hombres fueron los siguientes:  $\chi^2/gf = 2.85$ ; GFI = .98; AGFI = .94; NFI = .97; IFI = .98; CFI = .98; RMSEA = .08 (LO 90 = .03; HI 90 = .13) y SRMR = .03. Los índices de ajuste correspondientes a la muestra de mujeres fueron:  $\chi^2/gf = 2.44$ ; GFI = .98; AGFI = .94; NFI = .98; IFI = .99; CFI = .99; RMSEA = .08 (LO 90 = .02; HI 90 = .13) y SRMR = .02. El modelo 1 se corresponde con un modelo sin restricciones, el modelo 2 es un modelo que toma como invariante los pesos factoriales del modelo de medida el modelo 3

es un modelo invariante en los residuales. Los resultados mostraron que los tres modelos tenían buenos índices de ajuste (Tabla 4). Las diferencias encontradas entre el modelo sin restricciones (modelo 1) y los modelos con invarianza en los pesos factoriales (modelo 2) y en los residuales (modelo 3) no fueron significativas ( $p > .05$ ), lo que indica que el modelo es invariante en función del género.

### Análisis de correlaciones entre la SWLS y otras variables

Se analizó la relación entre la satisfacción con la vida y las variables motivación intrínseca y autoconcepto físico utilizando el coeficiente de correlación de Pearson porque hipotetizamos que deberían existir correlaciones positivas entre estas variables.

Los resultados mostraron que las correlaciones entre satisfacción con la vida y las variables motivación intrínseca y autoconcepto físico fueron positivas ( $r = .36$  y  $r = .54$ , respectivamente) y significativas ( $p < .01$ ).

Modelo	<i>df</i>	$\chi^2$	IFI	CFI	SRMR
Modelo 1	10	26.44	.98	.98	.03
Modelo 2	14	32.04	.98	.98	.04
Modelo 3	20	37.07	.98	.98	.03
Comparaciones del modelo		Diferencia en $\chi^2$	<i>df</i>	<i>p</i>	
Modelo 1 vs Modelo 2		5.60	4	.23	
Modelo 1 vs Modelo 3		10.63	10	.39	
Modelo 2 vs Modelo 3		5.03	6	.54	

Tabla 4. Análisis de la invarianza por género.

### Análisis de fiabilidad

La consistencia interna medida a través del alfa de Cronbach de la escala SWLS fue de .85, indicando una alta consistencia interna.

Para evaluar la estabilidad temporal de la SWLS se utilizó una muestra de 242 participantes en actividad física que cumplimentaron la escala en dos ocasiones con un intervalo temporal de cuatro semanas. El alfa del pretest fue de .86 y el alfa del post-test fue de .83. Además, la correlación test-retest fue de .69, indicando niveles aceptables de estabilidad temporal.

### Validez predictiva

Se realizó un análisis de ecuaciones estructurales en el que se hipotetizó que la motivación intrínseca y el autoconcepto físico predecían positivamente la satisfacción con la vida. Los valores de asimetría se situaron por debajo del valor 2 y los valores de la curtosis por debajo del valor 7, lo que

indica semejanza con la curva normal tal y como recomiendan Curran et al. (1996). La normalidad multivariada fue de 102.91 por lo que se procedió a utilizar la técnica de bootstrapping standard con 500 remuestreos. Los resultados fueron los siguientes:  $\chi^2/df = 3.57$ ; GFI = .92; AGFI = .89; NFI = .94; IFI = .95; CFI = .95; RMSEA = .07 (LO 90 = .06; HI 90 = .08) y SRMR = .04 y todos los parámetros fueron significativos ( $p < .01$ ). El análisis de los intervalos de confianza de los diferentes remuestreos mostró valores significativamente distintos de cero por lo que los datos de los estimadores fueron robustos a la falta de normalidad multivariada. Tal y como se muestra en la Figura 1, las relaciones entre motivación intrínseca y autoconcepto físico con satisfacción con la vida fueron positivas ( $b = .17$  y  $b = .55$ , respectivamente) y significativas ( $p < .01$ ). Finalmente, la varianza explicada de la variable satisfacción con la vida fue del 41 % y la potencia del modelo de .99 ( $\epsilon = .02$ ).



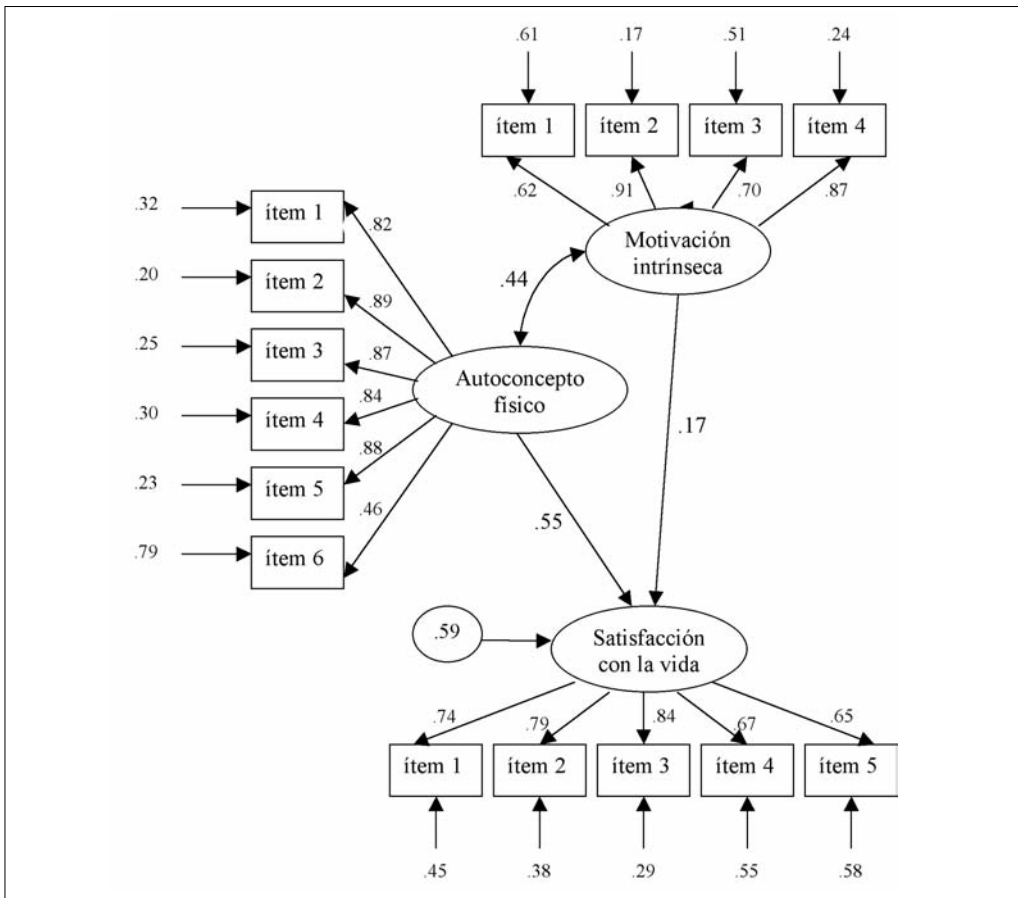


Figura 1. Modelo de ecuaciones estructurales en el que se analizan las relaciones entre motivación intrínseca, autoconcepto físico y satisfacción con la vida. Todos los parámetros son estandarizados y significativos ( $p < .01$ ).

## Discusión

El objetivo del presente estudio fue traducir al español y analizar las propiedades psicométricas de la SWLS en una muestra de participantes en actividad física. Respecto a la traducción de la escala, la versión definitiva difiere ligeramente de la versión utilizada por

Atienza et al. (2000) en cuanto a la redacción de los ítems, aunque las diferencias no afectan al significado de los mismos. Un ejemplo de ello lo podemos observar en los ítems “en general, mi vida se corresponde con mis ideales” y “si yo volviese a nacer, desearía tener la misma vida”, que fueron redactados en la versión de Atienza et al.

(2000) de la siguiente forma: “en la mayoría de los aspectos mi vida es como quiero que sea” y “si pudiera vivir mi vida otra vez, la repetiría tal y como ha sido”. Esto podría explicarse por el procedimiento de traducción seguido que trató de adaptar el lenguaje a la población objeto de estudio.

En general, los resultados mostraron que la SWLS presenta unos valores adecuados de fiabilidad y validez, en la misma línea de los obtenidos en la versión original (Diener et al., 1985), contando con unas propiedades psicométricas aceptables.

Respecto a la validez de constructo de la SWLS, los resultados del AFC revelan una estructura unidimensional. Esta estructura muestra unos índices de ajuste adecuados, similares a los encontrados en validaciones anteriores (Atienza et al., 2000; Blais et al., 1989; Gouveia et al., 2009; Hultell y Gustavsson, 2008; Lewis et al., 1999; Pons et al., 2002; Sachs, 2004; Shevlin et al., 1998; Swami y Chamorro-Premuzic, 2009; Wu y Yao, 2006). De la misma manera que en recientes estudios (Hultell y Gustavsson, 2008; Wu y Yao, 2006) encontramos que la SWLS es invariante en función de la variable género, obteniendo satisfactorios índices de ajuste, lo cual apoya la utilización de este instrumento para evaluar la satisfacción con la vida tanto en hombres como en mujeres adultos en el ámbito de la actividad física. En lo referente al análisis de correlaciones entre la satisfacción con la vida, la motivación intrínseca y el autoconcepto físico, los resultados mostraron que correlacionan de forma positiva y significativa. Este resultado es consistente con los postulados de la TAD, donde se establece que las formas más autodeterminadas de motivación se relacionan con una mayor valoración personal y con una mejor percepción de la satisfacción con la vida (Deci y Ryan, 1985, 2000).

En cuanto a la fiabilidad de la escala, la consistencia interna fue adecuada, al igual que en estudios anteriores (Atienza et al., 2000; Blais et al., 1989; Diener et al., 1985; Hultell y Gustavsson, 2008). Además, los valores de la correlación test-retest revelan una aceptable estabilidad temporal, aunque inferior a los obtenidos en el mismo intervalo de tiempo por Pavot et al. (1991) y Abdallah (1998). Este resultado podría deberse a la diferencia en cuanto al tipo de muestra (participantes en actividad física) y al rango de edad (entre 18 y 74 años) utilizados en nuestro caso, frente a la muestra de estudiantes universitarios utilizada por los autores anteriormente citados. Asimismo, aunque la satisfacción con la vida está considerada como un rasgo general, deberíamos considerar si elementos contextuales y situacionales pueden afectar a las respuestas al instrumento en dos momentos distintos, ya que la segunda muestra se recogió por vía telefónica y el sujeto estaba en una situación diferente (e.g. un problema familiar o laboral en ese momento puede alterar la respuesta al instrumento). Este resultado abre la posibilidad de establecer un nuevo estudio que incorpore medidas de la satisfacción con la vida en diferentes momentos y contextos.

Con respecto a la validez predictiva, se probó un modelo estructural en el que se establecían relaciones directas y positivas entre la motivación intrínseca, el autoconcepto físico y la satisfacción con la vida, al igual que establecieron Martín-Albo et al. (2009) con estudiantes universitarios. Este resultado es similar al encontrado por Balaguer et al. (2008), en el que fue probada una secuencia motivacional donde se establecía una relación directa y positiva entre la motivación autodeterminada y el bienestar psicológico que incorporaba una medida de satisfacción con la vida. De la misma forma, la relación directa entre el autoconcepto físico y la satisfacción

con la vida está en la misma línea que los resultados de Parker, Martin y Marsh (2008) donde el autoconcepto predecía la satisfacción con la vida. Además, este resultado es consistente con los fundamentos teóricos de la TAD en el sentido de que la satisfacción con la vida se presenta como una consecuencia afectiva de la motivación autodeterminada.

No obstante, existen algunas limitaciones que debemos tener en cuenta. La muestra utilizada tiene un rango de edad elevado, lo que dificultó la realización de una prueba de invarianza por edad. Además, se relacionó la satisfacción con la vida con la motivación intrínseca y el autoconcepto físico, por lo que sería deseable en futuras investigaciones, establecer relaciones con otros tipos de motivación como la motivación extrínseca, la regulación introyectada o la regulación identificada y con otras variables psicológicas en el contexto de la actividad física como el autoconcepto familiar, el autoconcepto social o la inteligencia emocional. Asimismo, cabe des-

tañar que los participantes en la muestra escogida para este estudio realizan tanto actividades de carácter libre como dirigidas por un monitor especializado; esto podría ser tenido en cuenta en futuras investigaciones, donde sería de interés establecer diferencias entre ambos tipos de participantes.

Como conclusión, el análisis de propiedades psicométricas, en general, mostró aceptables resultados. La consistencia interna y las correlaciones test-retest fueron aceptables, apoyando la fiabilidad de la SWLS. Consideramos, además, que existen evidencias que apoyan tanto la validez predictiva como la validez de constructo de la escala. Por todo ello, la traducción y validación al español de la SWLS supone una adecuada adaptación de la versión original de la escala y puede considerarse un instrumento válido y fiable para evaluar la satisfacción con la vida de sujetos que realizan actividad física, ampliando así sus posibilidades de utilización.

#### *PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DE LA ESCALA DE SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN SUJETOS PRATICANTES DE ACTIVIDAD FÍSICA*

**PALABRAS CLAVE:** propiedades psicométricas, motivación, satisfacción con la vida, actividad física.

**RESUMEN:** El objetivo de este estudio ha sido traducir al español y analizar las propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). La muestra estaba formada por 508 participantes en actividad física (275 hombres y 233 mujeres) con una media de edad de 34.31 años ( $DT = 11.85$ ). Los resultados del análisis factorial confirmatorio mostraron evidencias de la validez de constructo, y la estructura factorial de la escala se mostró invariante respecto al género. Además, en el análisis de correlaciones la satisfacción con la vida mostró relaciones positivas y significativas con la motivación intrínseca y el autoconcepto físico. Finalmente, los resultados mostraron evidencias de fiabilidad y de validez predictiva del instrumento. Estos resultados apoyan el uso de la SWLS para evaluar la satisfacción con la vida en el contexto de actividad física en población adulta.

#### *PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS DA ESCALA DE SATISFAÇÃO COM A VIDA EM PRATICANTES DE ACTIVIDADE FÍSICA*

**PALAVRAS-CHAVE:** Propriedades psicométricas, Motivação, Satisfação com a vida, Actividade física.

**RESUMO:** O objetivo do presente estudo foi traduzir para Espanhol e analisar as propriedades psicométricas da Escala de Satisfação com a Vida (SWLS). A amostra foi composta por 508 praticantes de actividade física (275 homens e 233 mulheres) com uma média de idades de 34.31 anos ( $DP=11.85$ ). Os resultados da análise factorial confirmatória comprovaram a validade de constructo e a estrutura factorial da escala não variou consoante o género. Adicionalmente, a análise das correlações demonstrou a existência de uma relação positiva da satisfação com a vida com a motivação intrínseca e o auto-conceito físico. Por último, os resultados comprovaram a fidelidade e a validade preditiva do instrumento. Estes resultados apoiam a utilização do SWLS para avaliação da satisfação com a vida em contexto de actividade física nos adultos.

## Referencias

- Abdallah, T. (1998). The Satisfaction With Life Scale (SWLS): Psychometric properties in an Arabic-speaking sample. *International Journal of Adolescence and Youth*, 7 (2), 113-119.
- Arrindell, W. A., Meeuwesen, L. y Huyse, F. J. (1991). The Satisfaction With Life Scale (SWLS): Psychometric properties in a non-psychiatric medical outpatients sample. *Personality and Individual Differences*, 12, 117-123.
- Atienza, F. L., Balaguer, I. y García-Merita, M. (2003). Satisfaction With Life Scale: Analysis of factorial invariance across sexes. *Personality and Individual Differences*, 35, 1255-1260.
- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I. y García-Merita, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12 (2), 314-319.
- Balaguer, I., Castillo, I. y Duda J. L. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17 (1), 123-139.
- Balatsky, G. y Dienner, E. (1993). A comparison of the well-being of Soviet and American students. *Social Indicators Research*, 28, 225-243.
- Blais, M. R., Vallerand, R. J., Pelletier, L. G. y Brière, N. M. (1989). L'Échelle de satisfaction de vie: Validation canadienne-française du "Satisfaction With Life Scale". *Revue canadienne des sciences du comportement*, 21, 210-223.
- Byrne, B. (2001). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Caspersen, C., Powell, K. E. y Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise and physical exercise: Definitions and distinctions for health related research. *Public Health Reports*, 100 (2), 126-130.
- Chico, E. y Ferrando, P. J. (2008). Variables cognitivas y afectivas como predictoras de satisfacción en la vida. *Psicothema*, 20 (3), 408-412.
- Curran, P. J., West, S. G. y Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1 (1), 16-29.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour*. Nueva York: Plenum.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11 (4), 227-268.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. y Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Suh, E. y Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25-41.
- Goñi, A., Ruiz de Azua, S. y Liberal, I. (2004). Propiedades psicométricas de un nuevo cuestionario para la medida del autoconcepto físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 13 (2), 195-213.
- Goudas, M., Biddle, S. J. H. y Fox, K. (1994). Perceived locus of causality, goal orientations and perceived competence in school physical education classes. *British Journal of Educational Psychology*, 64, 453-463.

- Gouveia, V., Milfont, T., Fonseca, P. y Coelho, J. A. (2009). Life satisfaction in Brazil: Testing the psychometric properties of the Satisfaction With Life Scale (SWLS) in five Brazilian samples. *Social Indicators Research*, 90 (2), 267-277.
- Hambleton, R. K. (1996). Adaptación de test para su uso en diferentes idiomas y culturas: fuentes de error, posibles soluciones y directrices prácticas. En J. Muñiz (Ed.), *Psicometría* (pp. 67-89). Madrid: Universitat.
- Hultell, D. y Gustavsson, J. P. (2008). A psychometric evaluation of the Satisfaction With Life Scale in a Swedish nationwide sample of university students. *Personality and Individual Differences*, 44, 1070-1079.
- Lewis, C. A., Shevlin, M. E., Smekal, V. y Dorahy, M. J. (1999). Factor structure and reliability of a Czech translation of the Satisfaction With Life Scale among Czech university students. *Studia Psychologica*, 41, 239-244.
- Lynn, M. (1986). Determination and quantification of content validity. *Nursing Research*, 35, 382-85.
- Martín-Albo, J., Núñez, L., Navarro, G. y Grijalvo, F. (2009). Un modelo motivacional explicativo del bienestar psicológico en la Universidad. *Revista Mexicana de Psicología*, 26 (1), 41-50.
- Moreno, J. A., González-Cutre, D. y Chillón, M. (2009). Preliminary validation in Spanish of a scale designed to measure motivation in physical education classes: The Perceived Locus of Causality (PLOC) Scale. *The Spanish Journal of Psychology*, 12 (1), 327-337.
- Neto, F. (1993). The Satisfaction With Life Scale: Psychometrics properties in an adolescent sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 22, 125-134.
- Parker, P., Martin, A. y Marsh H. (2008). Factors predicting life satisfaction: A process model of personality, multidimensional self-concept, and life satisfaction. *Australian Journal of Guidance & Counselling*, 18 (1), 15-29.
- Pavot, W. y Diener, E. (1993). The affective and cognitive context of self-reported measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 28, 1-20.
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R. y Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being. *Journal of Personality Assessment*, 57 (1), 149-161.
- Pons, D., Atienza, F. L., Balaguer, I. y García-Merita, M. L. (2002). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en personas de tercera edad. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 13, 71-82.
- Sachs, J. (2004). Validation of the Satisfaction With Life Scale in a sample of Hong Kong University students. *Psychologia*, 46, 225-234.
- Shevlin, M. E., Brunsdén, V. y Miles, J. N. V. (1998). Satisfaction With Life Scale: Analysis of factorial invariance, mean structures and reliability. *Personality and Individual Differences*, 25, 911-916.
- Stubbe, J. H., De Moor, M. H. M., Boomsma, D. I. y De Geus, E. J. C. (2007). The association between exercise participation and well-being: A co-twin study. *Preventive Medicine*, 44, 148-152.
- Swami, V. y Chamorro-Premuzic, T. (2009). Psychometric evaluation of the Malay Satisfaction With Life Scale. *Social Indicators Research*, 92 (1), 25-33.



- Thøgersen-Ntoumani, C., Fox, K. R. y Ntoumanis, N. (2005). Relationship between exercise and three components of mental well-being in corporate employees. *Psychology of Sport and Exercise*, 6, 609-627.
- Tucker, K., Ozer, D., Lyubomirsky, S. y Boehm, J. (2006). Testing for measurement invariance in the Satisfaction With Life Scale: A comparison of Russians and North Americans. *Social Indicators Research*, 78 (2), 341-360.
- Vitterso, J., Biswas-Diener, R. y Diener, E. (2005). The divergent meanings of life satisfaction: Item response modelling of the Satisfaction With Life Scale in Greenland and Norway. *Social Indicators Research*, 74, 327-348.
- Wu, C. H. y Yao, G. (2006). Analysis of factorial invariance across gender in the Taiwan version of the Satisfaction With Life Scale. *Personality and Individual Differences*, 40, 1259-1268.

