



Grado en Psicología

Trabajo de Fin de Grado.

**Análisis de la relación entre la
satisfacción sexual y el bienestar
psicológico en población adulta.**



Curso 2016/2017

Convocatoria Junio

Modalidad: Trabajo de investigación

Autor: Ana Canals Giménez

Tutor: Fermín Antonio Martínez Zaragoza

Elche a 14 de julio de 2017

Índice

1. Resumen	2
2. Introducción	3
3. Método	6
3.1. Participantes	6
3.2. Diseño	6
3.3. Garantías éticas	6
3.4. Procedimiento	6
3.5. Instrumentos	7
4. Resultados	8
5. Discusión y conclusiones	13
5.1. Limitaciones del estudio	15
5.2. Perspectivas de estudio futuro	16
6. Referencias bibliográficas	17
7. Anexo	19

Índice de tablas y figuras

Tabla 1. Prueba t entre las variables sociodemográficas categóricas y los factores del ISS	9
Tabla 2. Correlaciones entre las variables sociodemográficas cuantitativas y los factores del ISS	10
Tabla 3. Correlaciones entre los factores del ISS con las EBP	12
Figura 1. Diferencias en rechazo sexual en función del sexo	9
Figura 2. Diferencias en rechazo sexual en función de la ocupación	10

1. Resumen

Introducción. La satisfacción sexual ha sido poco estudiada a pesar de ser un componente cognitivo central de la sexualidad que influye en la salud y el bienestar de las personas, concretamente, existen indicios de su influencia en el bienestar psicológico. No se encuentra mucha información sobre esta relación, pero en un estudio anterior se concluye la existencia de la misma y la falta de profundización en el tema.

Objetivo. Estudiar la relación entre la satisfacción sexual y el bienestar psicológico.

Método. La muestra fue de 115 personas a las que se les administró una hoja de recogida de datos sociodemográficos, el índice de Satisfacción Sexual y las Escalas de Bienestar Psicológico. Los análisis realizados fueron la prueba t y correlaciones de Pearson.

Resultados. No se encontraron relaciones significativas entre las variables sociodemográficas y la satisfacción sexual, exceptuando la relación de la edad y la ocupación con el rechazo sexual. Sin embargo, se encontró que cuando la satisfacción sexual aumenta también lo hace el bienestar psicológico.

Conclusiones. Los resultados del estudio son congruentes con los de estudios anteriores; la satisfacción sexual y el bienestar psicológico sí muestran relación en los participantes de este estudio. Es necesario seguir investigando sobre el tema

Palabras clave.

Satisfacción sexual, Bienestar psicológico, sexo y ocupación.

2. Introducción

La sexualidad conforma una función básica de los seres humanos que integra diferentes factores fisiológicos, emocionales y cognitivos. Existe una estrecha relación entre la sexualidad, el estado de salud y la calidad de vida de las personas. (Arrington, Cofrancesco y Wu, 2004; Frohlich y Meston, 2002; McCabe y Cummins, 1998; Taleporos y McCabe, 2002; Ventegodt, 1998). Además, se tiene constancia de los efectos que pueden tener la excitación sexual y el orgasmo, ya sea mediante el coito o la masturbación, sobre la salud y el bienestar tanto de los hombres como de las mujeres (Levin, 2007). La sexualidad es, por tanto, un aspecto importante de la salud psicológica y emocional de las personas (Kirckpatrick, 1980; Risen, 1995) lo que nos lleva a concederle una elevada y renovada importancia en la actualidad.

La Organización Mundial de Salud (OMS, 2002) define la salud sexual como un estado de bienestar compuesto por diversos aspectos físicos, emocionales, mentales y sociales relacionados con la sexualidad. Además, la OMS reconoció que la salud sexual no es meramente la ausencia de enfermedad, disfunción o debilidad, requiere que la sexualidad y las relaciones sexuales se aborden de forma positiva y respetuosa, de manera que cada ser humano tenga la posibilidad de obtener placer y experiencias sexuales seguras, libres de coerción, discriminación y violencia. Asimismo, es fundamental que los derechos sexuales de todas las personas sean respetados, protegidos y cumplidos (OMS, 2002).

A lo largo de los últimos años se han estudiado diferentes aspectos de la sexualidad centrados principalmente en los comportamentales y fisiológicos, sin embargo, no se ha prestado a penas atención a las variables cognitivas relacionadas con la sexualidad. Una de estas variables cognitivas olvidadas es la satisfacción sexual. Tanto el propio concepto como su naturaleza y su relación con otras variables han sido poco estudiadas a pesar de ser un componente subjetivo y psicológico central en la experiencia sexual (Bridges, Lease y Ellison, 2004). Existiría pues una falta de claridad conceptual y metodológica sobre la satisfacción sexual (Mark, 2012).

Sin embargo, algunos autores nos ofrecen una posible definición de la satisfacción sexual, Byers, Demmons y Lawrance (1998) afirman que esta se trata de: "Una respuesta afectiva que surge por la evaluación de los aspectos positivos y negativos asociados a las propias relaciones sexuales". Por otro lado, Carrobbles y Sanz (1991), puntualizan que "la satisfacción sexual es evaluada en términos del grado de bienestar y plenitud, o la ausencia de los mismos, experimentados por una persona en relación con su actividad sexual".

Está comprobado que las relaciones de pareja y la satisfacción sexual contribuyen a la salud y bienestar general de las personas (Apt, Hurlbert, Pierce y White, 1996). Parece sensato concluir pues, que el bienestar psicológico de las personas podría estar relacionado con su salud sexual (Levin, 2007), y más concretamente con su satisfacción sexual.

El bienestar psicológico también ha sido un constructo difícil de definir dentro de la literatura psicológica, se ha debatido mucho sobre él. Una posibilidad sería definirlo como el funcionamiento psicológico positivo de las personas (Wang, 2001).

El bienestar psicológico constituye un indicador positivo de la relación que la persona tiene consigo misma y con el medio en el que se encuentra. Incluye además aspectos valorativos y afectivos que se integran en la proyección futura y el sentido de la vida. Existen tres importantes aspectos relacionados con el bienestar psicológico, que son, la autoestima, la autoconciencia y la autoeficacia (Vázquez, Hervás, Rahona y Gómez, 2009).

En la actualidad solo encontramos un estudio que contemple la relación entre la satisfacción sexual y el bienestar psicológico. Este estudio fue realizado en población no clínica femenina por Carrobles, Gámez-Guadix y Almendros (2011), no aporta datos sobre la influencia de estas variables sobre la población masculina, donde encontramos un vacío de conocimientos. Según los resultados y conclusiones del mismo sí existe una relación importante entre la satisfacción sexual, la valoración positiva del propio cuerpo y el bienestar psicológico y subjetivo. Sin embargo, el autor señala la necesidad de seguir investigando sobre el tema.

Es probable que existan además otras variables que medien entre la relación de ambas. La edad puede ser un factor relevante, ya que la sexualidad varía en función de la etapa del desarrollo humano en la que nos encontremos (Ortiz, 2003). Es razonable considerar que el tiempo de duración de la relación también pueda estar influyendo en el bienestar psicológico de la misma. Por otro lado, la cantidad de tiempo libre que la pareja tiene para disfrutar juntos puede ser otro factor interesante a tener en cuenta, el cual está relacionado con la ocupación laboral de cada miembro. Otra variable significativa podría ser la orientación sexual de la pareja, teniendo en cuenta que sea una relación homosexual o heterosexual. Por último, y como ya hemos señalado antes, será relevante considerar las diferencias producidas entre géneros.

Todavía hoy nos encontramos con una importante ausencia de estudios sobre la relación entre la satisfacción sexual y el bienestar psicológico y por esta razón los objetivos que persigue este estudio son los siguientes:

Objetivo general:

- Estudiar la relación entre la satisfacción sexual y el bienestar psicológico en población general adulta.

Objetivos específicos:

- Estudiar si existen diferencias en la satisfacción sexual de personas adultas de ambos géneros en función de:
 - La edad.
 - La duración de su relación de pareja.
 - El tiempo libre que pasan junto a su pareja.
 - El sexo
 - La ocupación

Considerando todo lo anterior nos planteamos seis preguntas problema:

- ¿Existe relación entre la satisfacción sexual y el bienestar psicológico?
- ¿Existe relación entre la satisfacción sexual y...
 - ...la edad?
 - ...la duración de la relación de la pareja?
 - ...el tiempo libre que pasan juntos la pareja?
 - ...el sexo?
 - ...la ocupación?

A partir de estas preguntas planteamos las siguientes hipótesis:

- Cuando aumenta la satisfacción sexual aumenta el bienestar psicológico.
 1. Cuando aumenta la satisfacción sexual aumenta la autoaceptación
 2. Cuando aumenta la satisfacción sexual aumentan las relaciones positivas.
 3. Cuando aumenta la satisfacción sexual aumenta la autonomía de la persona.
 4. Cuando aumenta la satisfacción sexual aumenta el dominio del entorno de la persona.
 5. Cuando aumenta la satisfacción sexual aumenta el crecimiento personal de la persona.
 6. Cuando aumenta la satisfacción sexual aumenta el propósito en la vida de las personas
- Cuando aumenta la edad de la persona disminuye la satisfacción sexual.
- Cuando aumenta el tiempo de duración de la relación aumenta la satisfacción sexual.

- Cuando aumenta el tiempo que la pareja pasan juntos aumenta la satisfacción sexual.
- Existen diferencias en la satisfacción sexual en función del sexo de la persona.
- Existen diferencias en la satisfacción sexual en función de la ocupación de la persona.

3. Método

3.1. Participantes

La muestra estuvo formada por una muestra de conveniencia de 115 personas. Los criterios de inclusión para formar parte de la muestra fueron: ser mayor de 18 años, tener pareja y mantener relaciones sexuales con ella.

3.2. Diseño

El diseño que se llevó a cabo fue un estudio descriptivo correlacional transversal.

3.3. Garantías éticas

La identidad de todos los sujetos que participaron en la investigación fue totalmente anonimizada. Cuando se creó el *google form* se configuró de manera que no pidiera los correos electrónicos ni requiriera iniciar sesión para cumplimentarlo. Además, en la hoja de recogida de datos no se pedía el nombre ni el DNI de la persona, solamente datos significativos para la investigación que no podían revelar la identidad de la persona.

Realizar los cuestionarios por internet ha ayudado a aumentar la privacidad, ya que no hay manera de saber qué personas son las que han rellenado el formulario, no existe ningún contacto directo con ellas.

Al finalizar el cuestionario los sujetos encontraban un correo electrónico a través del cual podían contactar con la investigadora para conocer los resultados de la investigación.

3.4. Procedimiento

Una vez obtenidos los instrumentos necesarios se creó un cuestionario en *google forms* (anexo) que incluyera una hoja de recogida de datos sociodemográficos, el índice de satisfacción sexual (ISS) y las escalas de bienestar psicológico de Ryff (EBP).

Este cuestionario se publicó en varios perfiles de Facebook, de personas de diferentes edades, para que la muestra fuera lo más heterogénea posible. En el anuncio se especificaban los criterios de inclusión para participar y se explicaba que la participación era totalmente anónima y voluntaria. Cuando los participantes abrían el cuestionario encontraban una breve explicación de lo que iban a realizar, además de un nuevo recordatorio sobre el anonimato y la petición de no dejar respuestas en

blanco. Antes de realizar cada uno de los cuestionarios accedían a una explicación de cómo debían hacerlo.

Los datos obtenidos se guardaron automáticamente en una base de datos de Excel, que posteriormente fue exportada al paquete estadístico SPSS (IBM, 2006) con el cual se analizaron los datos obtenidos.

Finalmente, la variable "Orientación sexual" quedó excluida de los análisis debido a la excesiva homogeneidad de los datos, 97.4% heterosexuales frente al 2.6% homosexuales.

Con las variables categóricas sexo y ocupación actual se realizó una prueba t para muestras independientes en relación a los tres factores que componen el ISS, es decir; satisfacción sexual, insatisfacción sexual y rechazo sexual.

Por otro lado, tanto con las variables categóricas, "tiempo de duración de la relación", "tiempo libre con la pareja" y "edad", como con los 3 factores del ISS y las 6 dimensiones de las EBP (autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida) se realizaron correlaciones bivariadas de Pearson.

3.5. Instrumentos y Variables

Hoja de recogida de datos. Compuesto por una serie de preguntas relativas al sexo, la edad, la orientación sexual, la ocupación actual, el tiempo libre para pasar con su pareja y el tiempo de duración de la pareja. Respecto a la orientación sexual los participantes eligieron entre heterosexual o homosexual teniendo en cuenta únicamente la pareja actual. Por otro lado, el tiempo libre que pasan juntos fue medido en horas semanales aproximadas.

Índice de Satisfacción Sexual (ISS; Hudson *et al.*, 1981). Se empleó la versión española publicada por Crooks y Baur (2000) compuesta por 25 ítems que evalúan el grado de satisfacción sexual con la pareja dentro de una relación, y se responden en una escala tipo Likert de 1 (Nunca) a 5 (Siempre). Está compuesto por 3 factores: Satisfacción sexual (Ítems 1, 2 ,3 ,5, 9, 10, 12, 16, 17, 19, 21, 22 y 23), insatisfacción sexual (Ítems 4, 8 ,6, 7, 11, 14, 15, 24 y 25) y rechazo sexual (Ítems 13, 18 y 20). En este estudio se ha utilizado la estructura multifactorial del instrumento en lugar de la propuesta original unidimensional propuesta por Hudson *et al* (1981). Cuenta con una fiabilidad de consistencia interna (alfa de Cronbach) que oscila entre 0.86 y 0.95 y con una fiabilidad test-retest igual a 0.93 tras una semana de intervalo.

Escalas de Bienestar Psicológico. Realizada por Ryff en 1989, adaptada por van Dierendonck, 2004 y traducida al español por Díaz, Rodríguez, Blanco, Moreno, Gallardo, Valle y van Dierendonck, 2006. El instrumento cuenta con un total de seis escalas y 39 ítems a los que los participantes respondieron utilizando un formato de respuesta con puntuaciones comprendidas entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 6 (totalmente de acuerdo). Está compuesta por 6 factores: Autoaceptación (Ítems 1, 7, 13, 19, 25, y 31), relaciones positivas (Ítems 2, 8, 14, 20, 26, y 32), autonomía (Ítems 3, 4, 9, 10, 15, 21, 27, y 33), dominio del entorno (Ítems 5, 11, 16, 22, 28, y 39), crecimiento personal (Ítems 24, 30, 34, 35, 36, 37, y 38) y propósito en la vida (Ítems 6, 12, 17, 18, 23 y 29). La consistencia interna (alfa de Cronbach) de las subescalas de Bienestar Psicológico de la versión española propuesta por Van Dierendonck (2004) es la siguiente: Autoaceptación= 0.83, relaciones positivas= 0.81, autonomía= 0.73, dominio del entorno= 0.71, propósito en la vida= 0.83 y crecimiento personal= 0.68.

4. Resultados

De los 115 participantes del estudio, 66 fueron mujeres (59%). Respecto a la ocupación, 64 de los participantes cursaban estudios (66%) y 51 eran activos laboralmente (44%). La media de edad fue de 26.5 años, teniendo 18 años el participante más joven y 63 el mayor. El 97.4% de la muestra se definió como heterosexual, mientras que el 2.6% lo hizo como homosexual. El tiempo medio de duración de la relación fue de 5.4 años, durando 0.2 años la relación más corta y 39 años la más larga. El tiempo medio que pasan junto a su pareja a la semana fue 35.4 horas, pasando 0 horas juntos (debido a una relación a distancia) el mínimo y 200 horas juntos de máximo.

Para comprobar la relación existente entre las variables categóricas sexo y ocupación con los tres factores del inventario de satisfacción sexual, satisfacción sexual, insatisfacción sexual y rechazo sexual, se realizó la prueba t de Student. Según los resultados, como se puede observar en la Tabla 1, no existe una diferencia significativa en la media de hombres y mujeres respecto a la satisfacción y la insatisfacción sexual, sin embargo, sí existe una diferencia significativa en la media de mujeres y hombres respecto al rechazo sexual hacia la pareja.

Por otro lado, respecto a la variable ocupación, no existen diferencias significativas en las medias de las personas que se encontraban activas laboralmente y las que estaban cursando estudios respecto a las variables satisfacción e insatisfacción sexual, pero, de nuevo, existe una diferencia significativa en las medias de estudiantes y trabajadores respecto al rechazo sexual hacia la pareja.

Tabla 1. Prueba t entre variables sociodemográficas categóricas y los factores del ISS.

Variable independiente	Variabes dependiente	t	gl	p
Sexo	Satisfacción	.974	113	.332
	Insatisfacción	-.907	113	.336
	Rechazo	-2.433	113	.017*
Ocupación	Satisfacción	.786	113	.433
	Insatisfacción	.493	113	.623
	Rechazo	-2.058	113	.042*

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Para poder comprobar las diferencias existentes en torno al rechazo sexual en función del sexo se halló la media para el grupo de mujeres y la media para el grupo de hombres respecto a este factor. Los resultados indicaron una puntuación mayor en rechazo sexual en hombres (6.47) que en mujeres (5.71). Se pueden observar estas diferencias en el Gráfico 1. Por otro lado, se realizó la misma operación para observar las diferencias en el rechazo sexual en función de la ocupación de los participantes. Los resultados mostraron una mayor puntuación en este factor de las personas que se encontraban activas laboralmente (6.39) frente a las personas que estaban cursando estudios (5.77). Se pueden observar estos resultados en el Gráfico 2.

Figura 1. Diferencias en rechazo sexual en función del sexo.

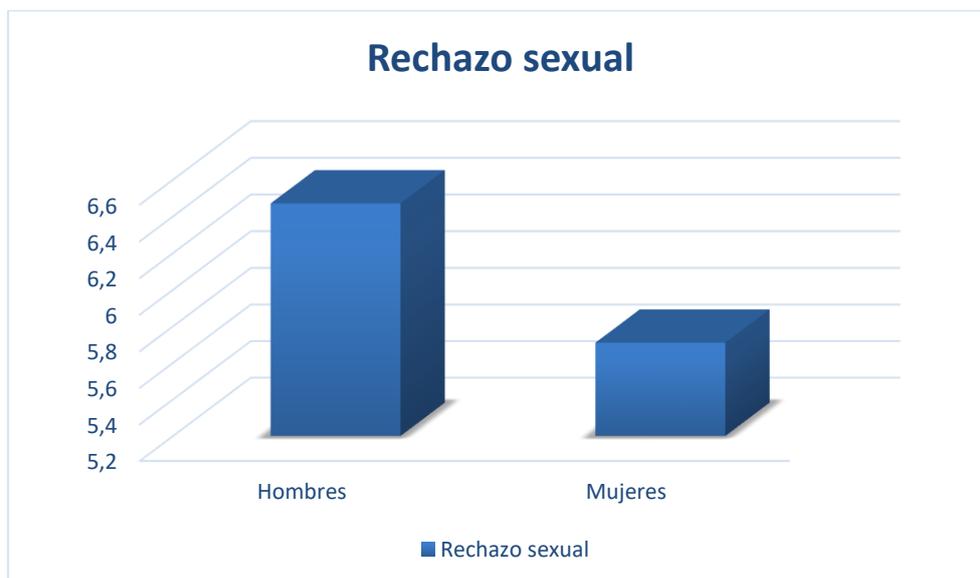
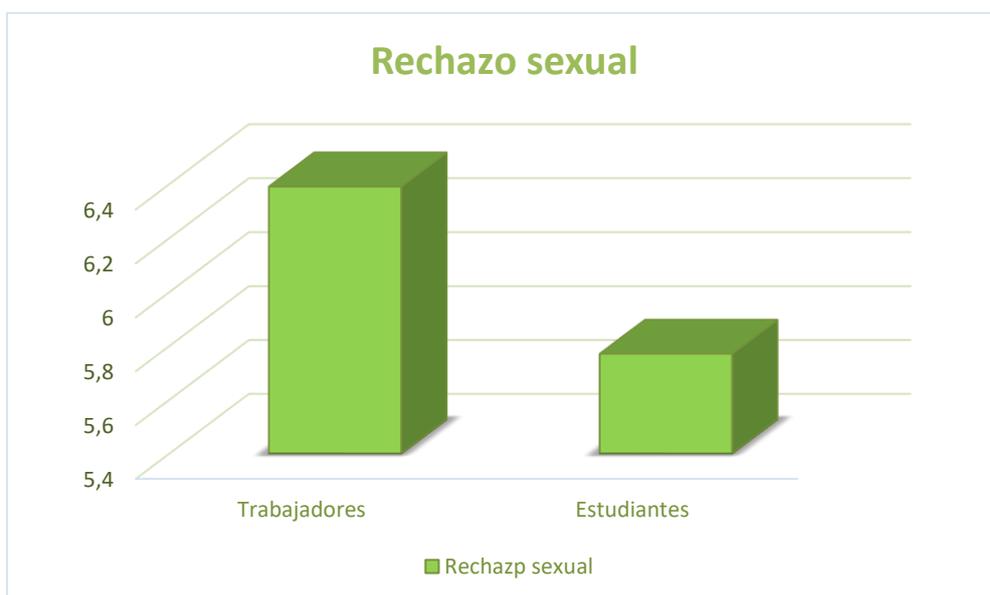


Figura 2. Diferencias en rechazo sexual en función de la ocupación



Para averiguar la relación entre las variables cuantitativas “tiempo de duración de la relación”, “tiempo libre semanal con tu pareja” y “edad” con los factores del inventario de satisfacción sexual; se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson. Los resultados de esta prueba pueden observarse en la Tabla 2. Ninguna de las tres variables muestra una relación significativa con los factores del ISS.

Tabla 2. Correlaciones entre las variables sociodemográficas cuantitativas con los factores del ISS.

	TDR	TLP	Edad	SS	IS	RS
TDR	-					
TLP	.013	-				
Edad	.855***	.207*	-			
SS	-.125	.028	-.078	-		
IS	.165	-.124	.075		-	
RS	.113	.107	.119			-

TDR= tiempo de duración de la relación, TLP= tiempo libre semanal con tu pareja, SS= satisfacción sexual, IS= insatisfacción sexual y RS= rechazo sexual

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Para explorar la relación entre los tres factores del ISS y los 6 factores de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff (EBP) se utilizó también un análisis de correlación de Pearson. Los resultados de esta prueba pueden verse en la Tabla 3. El factor 1 del ISS, es decir, la satisfacción sexual, muestra una correlación positiva significativa con los factores 1, 4, 5 y 6 de las EBP, es decir, con autoaceptación, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito de vida, sin embargo, la relación con los factores 2 y 3, autonomía y relaciones positivas no es significativa. Por otro lado, la insatisfacción sexual muestra una correlación negativa significativa con todos los factores de las EBP, es decir, cuando los factores del ISS aumenta los factores de las EBP disminuyen y viceversa. Por último, respecto al factor 3 del ISS, el rechazo sexual, no aparece ninguna correlación significativa con ninguno de los factores de las EBP.



Tabla 3. Correlaciones entre los factores del ISS con las EBP.

	VP	CP	DE	RP	Autodominio	Autoaceptación	RS	IS	SS
VP	.372***	.338***	.303**	.097	.154	.255**	-.219*	-.597**	-
CP		.338***	-.365***	-.339***	-.268**	-.313**	.427**	-	
DE		-.320***	-.365***	-.339***	-.268**	-.313**	.427**	-	
RP		-.100	-.170	-.001	-.103	-.099	-	-	
Autodominio		.406***	.740***	.447***	.551**	-	-	-	
Autoaceptación		.442***	.606***	.318**	-	-	-	-	
RS		.179	.454***	-	-	-	-	-	
IS		.496	-	-	-	-	-	-	
SS		.522***	-	-	-	-	-	-	
		-							

SS= satisfacción sexual, IS= insatisfacción sexual, RS= rechazo sexual, RP= relaciones positivas, DE= dominio del entorno, CP= crecimiento personal, PV= propósito de vida

*p<.05, **p<.01, ***p<.001.

5. Discusión y conclusiones

La finalidad de este estudio fue explorar la relación entre la satisfacción sexual y el bienestar psicológico, considerando también la influencia de determinadas variables sociodemográficas en la satisfacción sexual. Los resultados muestran que las variables sociodemográficas medidas no tienen relación con la satisfacción sexual, excepto en el caso concreto del sexo y la ocupación con la variable rechazo del ISS. Por otro lado, los resultados de los análisis muestran que tanto la satisfacción sexual como la insatisfacción sexual están relacionadas con el bienestar psicológico.

La primera hipótesis que se planteó fue si el bienestar psicológico de las personas aumenta cuando aumenta su satisfacción sexual. Según los resultados obtenidos esta hipótesis se confirma. La satisfacción sexual está relacionada positivamente con las variables de las escalas del bienestar psicológico autoaceptación, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida, es decir, cuando aumenta la satisfacción sexual aumenta el bienestar psicológico y viceversa. Además, la insatisfacción sexual correlaciona negativamente con todas las variables de bienestar psicológico, es decir, autoaceptación, relaciones positivas, dominio del entorno, autonomía, crecimiento personal y propósito en la vida. Es decir, cuando aumenta la insatisfacción disminuye el bienestar psicológico y viceversa. Este resultado apoya la relación entre satisfacción sexual y bienestar psicológico. Estos resultados son congruentes con los hallazgos anteriores sobre la relación entre la satisfacción sexual y el bienestar psicológico encontrados en un estudio realizado con mujeres españolas (Carroble, Gámez-Gaudix, y Almendros, 2011). Además, en esta muestra se incluyen varones, por lo que podemos extender la relación entre la satisfacción sexual y el bienestar psicológico a ambos géneros. Los resultados también parecen congruentes con otros estudios que muestran la relación entre diferentes aspectos de la sexualidad con el bienestar de las personas. Se ha descubierto que existe relación entre la excitación y el orgasmo con la salud psicológica y emocional de las personas (Levin, 2007). Tanto la excitación como el orgasmo están relacionados con la satisfacción sexual. Por otro lado, según otros estudios existe también relación entre un mal funcionamiento sexual y el malestar psicológico de las personas (Arrington et al., 2004; Frohlich y Meston, 2002), un mal funcionamiento sexual se encontraría seguramente ligado a una insatisfacción sexual, la cual causaría, como se ha dicho previamente, malestar psicológico.

Respecto a la segunda hipótesis no se observan diferencias en la satisfacción sexual en función de la edad, es decir, la hipótesis inicial no se confirma, aunque este dato puede estar sesgado; ya que, aunque el cuestionario se publicó en perfiles de Facebook de personas de diferentes edades se recibieron muchas más respuestas de personas jóvenes. La media de edad de los sujetos que participaron fue de 26.5 años, teniendo en cuenta que podían participar sujetos desde los 18 años para adelante, sin límite de edad, la media de edad es demasiado baja, por lo que la muestra es demasiado homogénea y no representa correctamente todas las edades. Estos resultados son contrarios a los de otros trabajos anteriores que afirman que la satisfacción sexual suele disminuir con la edad (Christopher y Sprecher, 2000).

La tercera hipótesis no se confirma, ya que no existe una correlación significativa entre el tiempo de duración de la pareja y la satisfacción sexual, por lo tanto, no se cumple la hipótesis propuesta, el tiempo de duración de la relación parece no influir en la satisfacción sexual de sus miembros.

Respecto a la cuarta hipótesis, tampoco parece haber relación entre el tiempo libre que pasan juntos durante la semana y la satisfacción sexual, por lo que no se cumpliría la hipótesis inicial. Sin embargo, la falta de relación podría deberse a la abstracción de la pregunta, es difícil saber con exactitud cuánto tiempo libre pasas con tu pareja dedicándoos el uno al otro y no realizando cualquier tarea, sobre todo si vivís juntos. Muchos participantes pusieron un número muy elevado de horas, durante las cuales seguramente convivirían en la misma casa, pero no estarían dedicándose tiempo como pareja. Por ejemplo, algunas parejas pudieron contar el tiempo que pasaban durmiendo con su pareja, dato que no es significativo para las variables que se trataban de medir. Para futuros estudios se necesitaría especificar más esta variable y tratar de comprobar de nuevo su influencia.

Por otro lado, en relación a la cuarta hipótesis parece que sí que existen diferencias en función del sexo, entre hombres y mujeres, pero no directamente con la satisfacción sexual, si no con uno de los factores que la componen, el rechazo sexual hacía la pareja. En vista de los resultados podríamos concluir que la hipótesis se confirma parcialmente. Según los resultados obtenidos los hombres muestran un mayor rechazo sexual hacía sus parejas que las mujeres.

La quinta hipótesis también parece confirmarse solo parcialmente ya que la ocupación parece influir también en el mismo factor que la variable sexo, es decir, en el rechazo sexual hacía la pareja, como la influencia no es directamente en la satisfacción sexual podríamos decir que la hipótesis solo se cumple parcialmente. En base a los resultados obtenidos las personas de la muestra que se encontraban activas

laboralmente mostraron un mayor rechazo sexual hacia la pareja que las personas que estaban cursando estudios.

Podemos concluir, en base a los resultados de esta investigación, que existe una relación entre la satisfacción sexual y el bienestar psicológico de las personas participantes. Sin embargo, a día de hoy existen muy pocos estudios, muy pocos instrumentos y muy poca información sobre la satisfacción sexual, por lo que se debería seguir investigando para tratar de definir mejor esta variable y su relación con el bienestar general de las personas y concretamente con el bienestar psicológico.

5.1. Limitaciones del estudio

Los resultados de este estudio deben ser considerados teniendo en cuenta una serie de limitaciones que sería necesario mejorar en futuras investigaciones. Algunas de estas limitaciones ya han sido comentadas a lo largo de este punto. La muestra ha resultado demasiado homogénea en la mayoría de los aspectos, sobre todo en la orientación sexual; no se ha podido valorar las diferencias entre personas homosexuales y personas heterosexuales debido a la falta de muestra homosexual. Las variables edad y sexo, como ya ha sido mencionado anteriormente, también han resultado demasiado homogéneas, primando las mujeres y las personas jóvenes.

Concretamente en la variable de sexo fue un problema encontrar muestra, ya que, aunque el anuncio especificaba que debían hacer el cuestionario ambos miembros de la pareja para tener una muestra más heterogénea, contestaban muchas más mujeres que hombres, tras observar el gran desequilibrio que se estaba produciendo en la muestra, tuvo que pedirse que solo contestaran hombres y demandar repetidamente su colaboración para tratar de igualarla. Finalmente, el cuestionario fue realizado por un 57.8% de mujeres y un 42.2% de hombres.

El número de participantes es demasiado bajo como para poder generalizar los datos del estudio a toda la población.

Por otro lado, los análisis realizados nos informan de la existencia de una relación entre las variables medidas, pero no de si existe causalidad entre las mismas. Es decir, en base a este estudio, no podemos saber si realmente la satisfacción sexual la que influye en el bienestar psicológico o es el bienestar psicológico el que influye en la satisfacción sexual.

Además, la satisfacción sexual ha sido medida con un único instrumento, al igual que el bienestar psicológico, y podría ser de interés incluir otros instrumentos que pudieran corroborar los resultados obtenidos en el estudio, además de medir otras variables relacionadas con las estudiadas.

5.2. Perspectivas de estudio futuras

En futuros estudios relacionados con la satisfacción sexual y el bienestar psicológico se deberían tener en cuenta las limitaciones mencionadas y tratar de solventarlas, para poder así dar un paso más hacia el verdadero conocimiento de la satisfacción sexual. Sería importante conseguir una muestra de participantes más heterogénea, en la que se pudiera valorar la satisfacción sexual en personas con orientaciones sexuales diferentes, ya que esta variable fue excluida de este estudio y no tenemos datos sobre ella. La heterogeneidad de la muestra también sería necesaria para comprobar la verdadera relación del sexo y la edad con la satisfacción sexual. Para lograrlo sería necesario obtener una muestra con una N mayor y totalmente aleatorizada, de esta manera también se podrían obtener resultados generalizables a la población.

Respecto a las variables que influyen en la satisfacción sexual tampoco existe a penas información. En el presente estudio no se ha conseguido encontrar relaciones significativas entre las variables sociodemográficas propuestas y la satisfacción sexual, a excepción de la relación entre sexo y ocupación con el rechazo sexual, por lo que en el futuro deberían tratar de afinarse algunas variables para comprobar si realmente no existe relación o se trata de un problema en la metodología. Es el caso de la variable “tiempo libre semanal que pasas con tu pareja”, debería tratar de definirse más concretamente, dejando menos margen para la libre interpretación de los participantes, y comprobar así si realmente existe influencia entre esta y la satisfacción o no.

Además, deberían investigarse en más profundidad la satisfacción sexual, y las variables que influyen en ella, y de esta manera se podría realizar una operativización más óptima del constructo.

6. Bibliografía.

- Arrington, R., Cofrancesco, J. & Wu, A. W. (2004). Questionnaires to measure sexual quality of life. *Quality of Life Research: An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care & Rehabilitation*, 13(10), 1643-1658.
- Blázquez, M. & Pichardo, J. (2008). Sexualidad, edades, discursos y vivencias, Universidad Internacional Menéndez Pelayo. Santander: España
- Bridges, S. K., Lease, S. H. & Ellison, C. R. (2004). Predicting sexual satisfaction in women: Implications for counselor education and training. *Journal of Counseling & Development*, 82(2), 158-166.
- Byers, E.S., Demmons, S. & Lawrance, K. (1998). Sexual satisfaction with dating relationships: A test of the interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 257-267.
- Christopher, F.S. & Sprecher, S. (2000). Sexuality in marriage, dating, and other relationships: A decade review. *Journal of Family and the Marriage*, 62, 999-1017.
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.
- Frohlich, P. & Meston, C. (2002). Sexual functioning and self-reported depressive symptoms among college women. *Journal of Sex Research*, 39(4), 321-322
- Hudson, W.W., Harrison, D.F. & Crosscup, P.C. (1981). A short-form scale to measure sexual discord women. *Journal of Sex Research*, 17, 157-17
- Kikpratick, S. J. (1980). Human sexuality: A survey of what counselors need to know. *Counselor Education and Supervision*, 19, 276-282.
- Levin, R. J. (2007). Sexual activity, health and well-being the beneficial roles of coitus and masturbation. *Sexual and Relationship Therapy*, 22(1), 135-148.
- Mark, K. P. (2012). *Sexual satisfaction, sexual desire, and desire discrepancy in heterosexual couples: A longitudinal daily-diary approach*.
- Organización Mundial de la Salud (2002). La Definición de Salud Sexual, definición 4a 2002, Autor. Recuperado el 22 de Enero de 2017 desde http://www.sexarchive.info/ECS5/definicion_4.html
- Organización Mundial de la Salud (2006). Defining sexual health: report of a technical consultation on sexual health, 28-31. Geneva: Author.
- Ortiz, G. (2003). *Sexualidad y Desarrollo Humano*. Asociación Mexicana para la Salud Sexual A.C. Recuperado el 22 de Enero del 2017 desde <http://www.amssac.org/biblioteca/sexualidad-desarrollo/>

- Rivera, R. & Santiago, Z. (2016). Sexualidad y disfunción sexual en hombres mayores de 60 años de edad: estudio de casos. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 27(1), 116-132.
- Risen, C.B. (1995). A guide to talking a sexual history. *The pschiatric Clinick of North America*, 18, 39-53.
- Sánchez, A., Sierra, J.C., García, M., Martínez, A., Santos, P, & Tapia, M.I. (2009). Índice de Satisfacción Sexual (ISS): un estudio sobre su fiabilidad y validez. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 9(2), 259-273.
- IBM (2016). *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 23.0*. Armonk, NY: IBM Corp.
- Veliz, A. (2012). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico y su estructura factorial en universitarios chilenos. *Psicoperspectivas* 11(2), 143-163.
- Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J. J., & Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 5, 15-28.
- Wang, X. (2001). *Expatriate social support network, psychological well -being and performance: A theoretical examination and an empirical test*.



7. Anexo.

Cuestionario para parejas

A continuación, deberás responder en primer lugar una breve lista de datos personales y justo después 2 bloques de preguntas tal y como te indiquen las instrucciones previas. Este cuestionario es totalmente anónimo, por favor responde con total sinceridad y trata de no dejar ninguna pregunta en blanco.

Datos sociodemográficos

Edad:

Sexo

Marca solo un óvalo.

- Hombre
- Mujer

Ocupación actual:

Tiempo duración de la relación:

Tiempo libre semanal con tu pareja (En horas aproximadas):

Orientación sexual (Referido únicamente a pareja actual)

Marca solo un óvalo.

- Heterosexual
- Homosexual

Vida sexual

Esta parte consta de 25 reactivos. No hay respuestas correctas ni incorrectas. Se debe responder a cada reactivo tan cuidadosa y precisamente como sea posible. Marca un número del 1 al 5 en función de la siguiente escala: 1-Nunca 2-Pocas veces 3-Algunas veces 4-Buena parte del tiempo 5-Siempre

1. Creo que mi pareja disfruta nuestra vida sexual.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

2. Mi vida sexual es muy excitante.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

3. El sexo es divertido para mi pareja y para mí.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

4. Creo que mi pareja se fija poco en mí salvo por el sexo que le puedo dar.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

5. Creo que el sexo es algo sucio y repugnante.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

6. Mi vida sexual es monótona.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

7. Cuando tenemos sexo es demasiado apresurado y termina muy rápido.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

8. Creo que a mi vida sexual le falta calidad.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

9. Mi pareja es sexualmente muy excitante.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

10. Disfruto de las técnicas sexuales que le gustan o que utiliza mi pareja.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

11. Creo que mi pareja exige demasiado sexo de mi parte.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

12. Creo que el sexo es maravilloso.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

13. Mi pareja piensa demasiado en el sexo.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

14. Trato de evitar el contacto sexual con mi pareja.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

15. Mi pareja es muy brusca/torpe cuando tenemos sexo.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

16. Mi pareja es maravillosa sexualmente.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

17. Creo que el sexo es una función normal de nuestra relación.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

18. Mi pareja no quiere sexo cuando yo lo deseo.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

19. Creo que nuestra vida sexual realmente agrega mucho a nuestra relación.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

20. Mi pareja parece evitar el contacto sexual conmigo.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

21. Para mi es sencillo excitarme sexualmente con mi pareja.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

22. Creo que a mi pareja la complazco sexualmente.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

23. Mi pareja es muy sensible de mis necesidades y deseos sexuales.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

24. Mi pareja me satisface sexualmente.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

25. Creo que mi vida sexual es aburrida.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5

Nunca Siempre

Bienestar

Esta parte consta de 36 reactivos. No hay respuestas correctas ni incorrectas. Se debe responder a cada reactivo tan cuidadosa y precisamente como sea posible. Marco un número del 1 al 6 en función de la siguiente escala. 1-Totalmente en desacuerdo. 2-Bastante en desacuerdo. 3-Un poco en desacuerdo. 4-Un poco de acuerdo. 5-Bastante de acuerdo. 6-Totalmente de acuerdo.

1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con como han ido las cosas.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quien compartir mis preocupaciones.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a la mayoría de la gente.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajando para hacerlos realidad.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

8. No tengo muchas personas que quieras escucharme cuando necesito hablar.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en deacuerdo

Totalmente de acuerdo

9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

10. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

11. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

13. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en deacuerdo

Totalmente de acuerdo

14. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

15. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

16. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

17. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

18. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

19. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

20. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

21. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

22. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

23. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

24. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

25. En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

26. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

27. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

28. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

29. No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

30. Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

31. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

32. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

33. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

34. No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

36. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

37. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

38. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

39. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.

Marca solo un óvalo.

1 2 3 4 5 6

Totalmente en desacuerdo

Totalmente de acuerdo

¡Muchas gracias por tu colaboración!

Si deseas conocer los resultados del estudio manda un correo a la siguiente dirección: anacanal95@gmail.com