

## Adaptación de las escalas “*Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment*” y “*Goal Disengagement and Goal Reengagement*”

## Adaptation of the scales “*Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment*” y “*Goal Disengagement and Goal Reengagement*”

Esther Soubrier, Rosa Esteve y Carmen Ramírez-Maestre  
Facultad de Psicología, Universidad de Málaga, España

### Resumen

El objetivo de este estudio es realizar la adaptación y validación al castellano de las escalas “*Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment*” y “*Goal Disengagement and Goal Reengagement*”. La muestra se compone de 681 estudiantes de la Facultad de Psicología de Málaga. El análisis factorial exploratorio muestra el mismo número de factores a seleccionar que las escalas originales, ratificado mediante análisis factorial confirmatorio. El alfa de Cronbach, la fiabilidad test-retest y las correlaciones entre escalas también son similares a las de los instrumentos originales. Se estudia la validez de criterio mediante correlaciones con medidas de afecto positivo y negativo y bienestar, con una muestra diferente de 201 estudiantes. Por todo ello, y a pesar de la limitación de que la muestra esté compuesta únicamente por universitarios, se considera si bien la adaptación muestra propiedades psicométricas aceptables, se debe seguir trabajando en su mejora.

Palabras clave: Motivación, Flexibilidad, Tenacidad, Meta, Desvinculación, Compromiso.

Cómo citar este artículo: Soubrier, E., Esteve, R. y Ramírez-Maestre, C. (2017). Adaptación de las escalas “*Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment*” y “*Goal Disengagement and Goal Reengagement*”. *Escritos de Psicología*, 10, 103-115.

### Abstract

The aim of this study was to adapt the “*Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment*” and “*Goal Disengagement and Goal Reengagement*” scales into Spanish and validate them. The sample comprised 681 students from the Faculty of Psychology at Malaga University (Spain). Exploratory factor analysis showed the same number of factors as the original scales. The scales were validated by confirmatory factor analysis. Cronbach’s alpha, test-retest reliability, and correlations between the scales were also similar to the original scales. Criterion validity was tested by correlations with measures of positive and negative affect and well-being, using a different sample of 201 students. Despite the study being limited by the composition of the sample (university students), the adapted version showed acceptable psychometric properties. Future studies could investigate how these properties could be improved.

Key Words: Motivation, Flexible, Tenacious, Goal, Disengagement, Reengagement.

Correspondencia: Esther Soubrier. Facultad de Psicología. Universidad de Málaga. Blv. Louis Pasteur, 25. 29071 MÁLAGA (España). E-mail: esthersoubrier@gmail.com. E-mail de la coautora Rosa Esteve: zarazaga@uma.es. E-mail de la coautora Carmen Ramírez-Maestre: cramirez@uma.es.

## Introducción

En 1990, Brandtstädter y Renner desarrollan el “Modelo de Procesos Duales de Afrontamiento Asimilativo y Acomodativo”, describiendo dos procesos fundamentales de afrontamiento, los modos asimilativo y acomodativo, medidos mediante las dos escalas independientes “Persecución Tenaz de Metas” (*Tenacious Goal Pursuit*) (Brandtstädter y Renner, 1990) y “Ajuste Flexible de Metas” (*Flexible Goal Adjustment*) (Brandtstädter y Renner, 1990) que componen el instrumento “*Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment*”. Ambos procesos, alternativamente, buscan un equilibrio entre la necesidad de persecución de las metas individuales y la adaptación a las circunstancias que puedan afectar a la consecución de dichas metas (Brandtstädter y Rothermund, 2002). El modo asimilativo busca un ajuste de las circunstancias que rodean al individuo para el logro de la meta deseada, mientras que el acomodativo amolda las metas a las circunstancias.

El modo asimilativo consiste en una persecución tenaz de las metas, que se traduce en conductas destinadas a superar los obstáculos que se presenten en su logro. Puede traer un compromiso cada vez mayor, lo que podría llevar a la imposibilidad de salir de un proyecto estéril y al agotamiento de los recursos disponibles. En cambio, el modo acomodativo se basa en el ajuste de las metas a los obstáculos encontrados, una revisión positiva de la pérdida y la canalización de recursos que podrían destinarse a la consecución de una nueva meta. Los posibles efectos disfuncionales de este modo de procesamiento podrían ser un compromiso inestable y una desvinculación prematura de las metas ante la aparición de obstáculos (Brandtstädter y Rothermund, 2002). El modo asimilativo proporcionará más recursos conductuales, así como una mayor percepción de auto-eficacia, mientras que el acomodativo aporta mayor flexibilidad y una capacidad mayor para sustituir los objetivos previamente establecidos. Ambos modos son complementarios, siendo más adaptativo uno u otro en diferentes momentos, dependiendo de la importancia personal que tenga la meta y de la creencia de éxito que tenga la persona. Brandtstädter, Rothermund, Kranz y Kühn (2010) han aplicado el modelo a la vejez, evaluando la flexibilidad en la persecución de metas y concluyendo que las personas más flexibles respecto a sus metas se sienten menos afectadas por la perspectiva de la propia mortalidad. En la misma dirección, Brandtstädter (2009) indicaba que es el modo acomodativo el que más suaviza el impacto emocional negativo de pérdidas asociadas con la edad, como obstáculos relacionados con una menor función motora, menor agudeza sensorial o dolor crónico.

Por su parte, Wrosch, Scheier, Miller, Schulz y Carver (2003) desarrollan el “Modelo de Ajuste a la Meta” y elaboran la “Escala de Desvinculación de Metas y Compromiso con otras Metas” (*Goal Disengagement and Goal Reengagement*), para evaluar la conducta del individuo al verse obligado a abandonar una meta inalcanzable, relacionando esta capacidad con el bienestar subjetivo. Defienden que, ante metas inalcanzables, el individuo se beneficiará de la capacidad de abandonar metas significativas, pudiendo adoptar otro objetivo diferente, lo que aliviaría el malestar producido por la frustración de la meta no alcanzada. Asocian la desvinculación de metas inalcanzables con menores niveles de depresión, mientras que la vinculación con nuevas metas se relacionaría con un menor nivel de estrés y un menor número de pensamientos intrusivos. Sin embargo, no encontraron una correlación significativa entre la vinculación a nuevos objetivos y un mayor bienestar subjetivo. En cuanto a la salud física, los resultados de Wrosch, Miller, Scheier y de Pontet (2007) apuntan a la misma tendencia, mostrando la desvinculación de metas una mayor capacidad predictiva respecto a la salud física que el nuevo compromiso con otras metas.

Por su parte, Arends, Bode, Taal y Van de Laar (2013) sugieren que ambos modelos, el “Modelo de Procesos Duales” (Brandtstädter y Renner, 1990) y el “Modelo de Ajuste a la Meta” (Wrosch et al., 2003) son complementarios, y proponen el “Modelo Integrado de gestión de las Metas”, centrado en tres aspectos: el mantenimiento de la meta, correspondiente al modo asimilativo de Brandtstädter y Renner (1990); el ajuste de la meta, que incluiría tanto el modo acomodativo de Brandtstädter y Renner (1990) como la desvinculación de las metas de Wrosch et al. (2003); y la vinculación con una nueva meta, que sería equivalente al compromiso con nuevas metas de Wrosch et al. (2003). Indican que el mantenimiento de la meta sería la opción más apropiada en el caso de que la meta sea posible, siendo preferible cambiar a una estrategia de ajuste de la meta en caso de que ésta se encuentre amenazada, en tanto que la nueva vinculación sería apropiada en cualquier situación, ya sea como complemento de un objetivo existente o sustitución de una meta abandonada.

De los tres modelos comentados, se desprende que tanto la tenacidad en la persecución de metas viables como la capacidad para cambiar o disminuir los esfuerzos orientados para alcanzar una meta que el individuo encuentra inalcanzable o muy difícil podrían ser buenos predictores de la adaptación que el individuo pueda lograr ante circunstancias en mayor o menor medida incapacitantes, como el dolor crónico (Kranz, Bollinger y Nilges, 2010; Schmitz, Saile y Nilges, 1996), enfermedades crónicas

(Arends, Bode, Taal y Van de Laar, 2015), enfermedades degenerativas (Kraaij et al., 2008) o el declive asociado al envejecimiento (Wrosch, Schulz y Heckhausen, 2004). Hanssen et al. (2014) hallaron que el afrontamiento motivacional medía la relación entre optimismo y bienestar general, ansiedad y depresión, presentando los optimistas un mayor bienestar subjetivo que los pesimistas. Encontraron que los optimistas, a pesar de ser más proclives a perseguir sus metas vitales tenazmente, también son más flexibles a la hora de cambiar de meta, lo que estaría relacionada con una mejor salud percibida.

De todo lo anterior, se concluye que las escalas “Persecución Tenaz de Metas y Ajuste Flexible de Metas” (Brandtstädter y Renner, 1990) y “Escala de Desvinculación de Metas y Compromiso con Otras Metas” (Wrosch et al., 2003) son relevantes para el estudio de la motivación a nivel internacional y de amplio interés como predictores del bienestar tanto físico como emocional, siendo por lo tanto útiles de cara a la ayuda y tratamiento psicológico de personas con circunstancias incapacitantes. Ambos instrumentos vienen respaldados por una sólida teoría y por numerosos estudios que indican su adecuación, fiabilidad y validez, por lo que se debe proceder a su adaptación al castellano.

En castellano no existen instrumentos para evaluar las estrategias de gestión de metas, por ello, el propósito de este trabajo fue realizar una adaptación al castellano de los cuestionarios *Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment* (Brandtstädter y Renner, 1990) y *Goal Disengagement and Goal Reengagement* (Wrosch et al., 2003). Para ello se estudió su estructura factorial mediante análisis exploratorio y confirmatorio, su consistencia interna, fiabilidad test-retest y validez de criterio.

## Método

### Participantes

Para la realización del análisis factorial y el análisis de la consistencia interna se utilizó una muestra de 681 estudiantes de Grado de Psicología y del Máster Universitario en Psicología de la Salud de la Facultad de Psicología de Málaga, con un 23,3% de hombres y un 76,2% de mujeres. La edad media fue de 21,31 años, con una desviación típica de 4,65. Los alumnos del Máster (167 individuos) contestaron a los cuestionarios dos veces para hallar la fiabilidad test-retest. La media de edad era 21'78 con una desviación típica de 10'49, y el reparto por sexos fue de un 23'4% de hombres y un 76'6% de mujeres.

Una muestra diferente compuesta por 201 estudiantes (18,4% de hombres y 80,6% de mujeres, con edad media de 20,35 años y desviación típica de 4,512) se utilizó para establecer la validez de criterio.

### Instrumentos

**Escala “Persecución Tenaz de Metas y Ajuste Flexible de Metas” (Brandtstädter y Renner, 1990).** El instrumento contiene 30 ítems en una escala tipo Likert, con puntuaciones desde “-2 = totalmente en desacuerdo” hasta “2 = totalmente de acuerdo”. Consta de dos escalas:

Escala “*Persecución tenaz de metas*”. Compuesta por 15 ítems. Se corresponde con el modo asimilativo de Brandtstädter y Renner (1990), quienes encuentran un alfa de Cronbach de 0'80. El estudio de Bailly, Hervé, Joulain & Alaphilippe (2012) arroja un alfa de 0'73. Una puntuación mayor conseguida en esta escala indica una mayor perseverancia en la persecución de la meta.

Escala “*Ajuste flexible de metas*”. Compuesta por 15 ítems. Refleja el estilo acomodativo del Modelo de Procesos Duales. Brandtstädter y Renner (1990) hallan un alfa de Cronbach de 0'83 para esta escala, mientras que Bailly et al. (2012) encuentran un alfa de 0'75. Una mayor puntuación en esta escala refleja una mayor flexibilidad del individuo respecto a la meta, es decir, el individuo adapta las metas a sus circunstancias personales.

**“Escala de Desvinculación y Compromiso con Otras Metas” (Wrosch et al., 2003).** El instrumento consta de 10 ítems que se puntúan en una escala tipo Likert con 5 opciones de respuesta, desde “1 = nunca” hasta “5 = siempre”. Se divide en dos escalas, a saber:

Escala “*Desvinculación de metas*”. Consta de 4 ítems, referidos al abandono de la meta y a la disminución del esfuerzo para su consecución. Wrosch et al. (2003) hallaron una consistencia interna de 0'57. Una mayor puntuación expresa mayor capacidad por parte del individuo para desvincularse de la meta.

Escala “*Compromiso con otras metas*”. Compuesta por 6 ítems, se refiere a la identificación de nuevos objetivos, al compromiso con los mismos y a su persecución de manera activa y arroja un alfa de Cronbach de 0'85 (Wrosch et al. 2003). La mayor puntuación obtenida refleja una mayor competencia del individuo para adoptar nuevas metas.

**“Escala de Afecto Positivo y Negativo” (PANAS) (Watson, Clark y Tellegen, 1988).** En su versión española (Joiner, Sandin, Chorot, Lostao y Marquina, 1997), considerado como uno de los instrumentos para medir afecto negativo y positivo más válidos y eficientes, siendo el alfa de Cronbach encontrado por Joiner et al. (1997) de 0’78 para la escala de afecto positivo y 0’75 para la de afecto negativo, mientras que la fiabilidad hallada en este estudio es de 0’62 para el afecto positivo y de 0’63 para el afecto negativo. Consta de dos escalas compuestas por 10 ítems cada una, con respuestas tipo Likert que comprenden de “1= muy poco o nada” a “5 = extremadamente”. A mayor puntuación en la escala de afecto positivo se corresponde un mayor bienestar y satisfacción, mientras que las emociones displacenteras y el malestar se reflejarían en una mayor puntuación del afecto negativo.

**“Escala de Bienestar Psicológico” (Ryff, 1989).** Se utilizó la adaptación española, realizada por Díaz et al. (2006), que encuentran 6 escalas, con valores de alfa entre 0’78 y 0’81: “Autoaceptación” (4 ítems), para la que en este estudio se ha hallado una fiabilidad de 0’83; “Relaciones positivas” (5 ítems), con un alfa de 0’82; “Autonomía” (6 ítems), con una fiabilidad de 0’78; “Dominio del entorno” (5 ítems), 0’67; “Crecimiento personal” (4 ítems), alfa de 0’7; y “Propósito en la vida” (5 ítems), con una consistencia interna de 0’85. El formato es tipo Likert con puntuaciones desde “1 = totalmente en desacuerdo” y “6 = totalmente de acuerdo”. Una mayor puntuación en las escalas implican un mayor desarrollo en las áreas especificadas.

### **Procedimiento**

Se eligió un proceso de traducción en grupo, que siguió los siguientes pasos:

- a. Traducción individual realizada por cada uno de los cuatro integrantes del equipo dedicado a esta adaptación, todos poseedores de un alto dominio del inglés, idioma en el que se encuentran las dos escalas (siendo el instrumento de Brandtstädter y Renner originalmente en alemán, con una traducción al inglés hecha por los mismos autores en colaboración con un equipo norteamericano), resultando un total de 4 versiones diferentes de la traducción del original.
- b. Puesta en común de las traducciones y comparación de las mismas.
- c. Elección consensuada de la forma más adecuada de traducción de cada uno de los ítems y redacción de una nueva traducción a raíz de lo anterior.
- d. Retrotraducción de dicha versión por parte de un psicólogo y traductor profesional bilingüe, de lengua materna inglesa, con conocimiento tanto de los idiomas como de las culturas involucradas.
- e. Comparación de la retrotraducción con la escala original.
- f. Aplicación de las correcciones necesarias sobre la base de la traducción llevada a cabo por el traductor nativo.
- g. Administración a una pequeña muestra de ambos cuestionarios en su versión final traducida para detectar posibles errores e incoherencias.

Para la aplicación de los instrumentos y consecuente recogida de datos, se acudió a las clases del Grado de Psicología, así como al primer curso del Máster Universitario en Psicología de la Salud. El proyecto cuenta con la aprobación del Comité Ético de la Universidad de Málaga (CEUMA 2013-0016-H). Los 681 individuos participaron en la recogida de datos voluntariamente, mediante acuerdo verbal, sin que supusiera repercusión, positiva o negativa, sobre sus calificaciones. Los estudiantes contestaron a “Persecución Tenaz de Metas y Ajuste Flexible de Metas” y “Escala de Desvinculación y Compromiso con Otras Metas” en la misma sesión. Los alumnos de Máster, 167 sujetos, realizaron la aplicación dos veces, con el objetivo de hallar la fiabilidad test-retest de ambos instrumentos, un mes después de la primera administración y nuevamente de forma voluntaria. La muestra se dividió en dos grupos de forma aleatoria manteniendo la proporción de las variables sexo y edad, para realizar un análisis factorial exploratorio y confirmatorio. Una vez realizada la adaptación, otra muestra, compuesta por 201 estudiantes, contestó a los cuatro instrumentos descritos para establecer la validez de criterio.

### **Análisis de datos**

Se procedió al análisis de datos de la escala “Persecución Tenaz de Metas y Ajuste Flexible de Metas” (Brandtstädter y Renner, 1990) y de la “Escala de Desvinculación de Metas y Compromiso con Otras Metas” (Wrosch et al., 2003) con el programa de análisis de datos IBM SPSS Statistics 21.0., obteniendo los estadísticos descriptivos referentes a sexo y edad de los participantes. Se llevó a cabo un análisis factorial exploratorio de ambas. El tamaño de la muestra cumplía la ratio 10:1 entre el número

de participantes y el número de ítems aconsejada para la realización del análisis factorial (Kline, 2005). En primer lugar, para determinar si los datos obtenidos permitían o hacían desaconsejable un análisis factorial, se calculó el determinante de la matriz de correlaciones, cuyo resultado debe ser cercano a 0; el test de esfericidad de Bartlett (Sokal y Rohlf, 1969), cuya hipótesis nula indica una matriz de identidad, en cuyo caso el análisis factorial exploratorio no sería oportuno; y el índice de Kaiser-Meyer-Oikin (*KMO*), cuyo resultado debe ser cercano a la unidad. Como método de extracción, se escogió el método de máxima verosimilitud, que aporta las estimaciones de los parámetros basándose en la asunción de una distribución normal multivariada. Se estableció que los pesos factoriales adecuados serían aquellos a partir de ,30 (Field, 2005) y que se determinaría el número de factores aplicando la regla de Kaiser (1958), conservando aquellos factores con un valor propio igual o superior a la unidad. Se complementó la selección de número de factores con el método de *scree plot* o Gráfico de Simentación de Cattell (1966), representación visual de la que se seleccionan aquellos factores situados antes del punto de inflexión en la curva resultante, procedimiento con una alta confiabilidad a pesar de incluir un componente subjetivo. Por último, la rotación utilizada fue Varimax, debido a que en ambos instrumentos, de acuerdo con sus creadores, se postula que las escalas son independientes entre sí.

Posteriormente, se realizó un análisis de elementos que incluye los estadísticos descriptivos de cada uno de los ítems, el Alfa de Cronbach de consistencia interna para las escalas, el Alfa de Cronbach de las escalas si se eliminara algún elemento y las correlaciones entre elementos.

El análisis factorial confirmatorio se realizó con el método de máxima verosimilitud mediante modelos de Ecuaciones Estructurales, utilizando el programa LISREL en su versión 8.80. Se consideraron diferentes índices de bondad de ajuste: de Satorra-Bentler (Bentler, 2006) dividido por grados de libertad, que corrige el estadístico bajo violaciones de la normalidad de la distribución y cuyo resultado adecuado es una ratio igual o menor a 3 (Kline, 2005); *RMSEA*, índice de desajuste cuyos valores deben ser cercanos a 0, siendo adecuados valores menores de 0,8 (Hu y Bentler, 1998); y los índices *NNFI* (Bentler y Bonnet, 1980) y *CFI* (Bentler, 1990), que miden la mejoría proporcional en el ajuste, comparando un modelo hipotético con el modelo nulo como modelo de base y cuyas puntuaciones se consideran adecuadas cuando asumen valores superiores a ,90 (Hu y Bentler, 1999).

Para finalizar, se calculó la correlación entre las escalas de los instrumentos “Persecución Tenaz de Metas y Ajuste Flexible de Metas” (Brandtstädter y Renner, 1990) y de la “Escala de Desvinculación de Metas y Compromiso con Otras Metas” (Wrosch et al., 2003), así como la fiabilidad test-retest de los instrumentos. Las correlaciones entre las escalas de los instrumentos “Persecución Tenaz de Metas y Ajuste Flexible de metas”, “Escala de Desvinculación de Metas y Compromiso con otras metas”, “PANAS” y “Escalas de Bienestar Psicológico” se estimaron utilizando la correlación de Pearson.

## Resultados

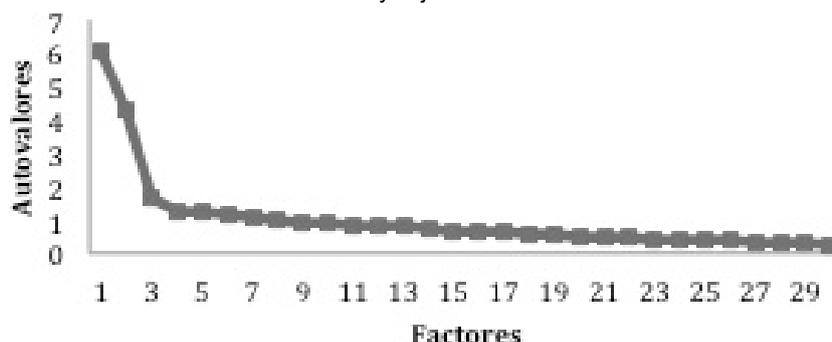
### **Instrumento Persecución Tenaz de Metas y Ajuste Flexible de Metas (Brandtstädter y Renner, 1990)**

El determinante ( $4,74E-005$ ), el estadístico *KMO* (0,856), y la prueba de Bartlett ( $= 2949,017$ , con  $p < 0,001$ ), mostraron la adecuación de los datos para el análisis factorial.

Tras la extracción de factores mediante el método de máxima verosimilitud, utilizando la regla de Kaiser, el resultado era de 7 factores a seleccionar, por lo que se comparó con el *scree plot* (figura 1), que indicaba la pertinencia de seleccionar dos factores, reflejando el primero un valor propio de 6,027 y el segundo de 4,325. Esto concuerda con la estructura interna distinguida en el instrumento original y explicaría un 34,507% de la varianza.

**Figura 1**

Scree plot de “Persecución Tenaz de Metas” y “Ajuste Flexible de Metas”



Se eliminaron aquellos ítems (10 en total) que presentaron un peso factorial menor de ,30 (Field, 2005). Así, el Factor 1 está compuesto por 10 ítems: 1, 4, 8, 13, 15, 16, 17, 24, 25 y 29, que corresponderían a la escala “Ajuste flexible de metas”, coincidiendo con 10 de los 15 ítems que comprendían la escala original. En el Factor 2 tienen un peso factorial adecuado 10 ítems: 2, 3, 5, 7, 9, 10, 11, 14, 20 y 28, recogiendo 10 de los 15 ítems que componen la escala “Persecución tenaz de metas” (tabla 1).

Mediante análisis factorial confirmatorio realizado sobre los 20 ítems retenidos, los valores arrojados son 2,783 para el de Satorra-Bentler dividido por grados de libertad; *CFI* de 0,94; *NNFI* de 0,93; y un índice *RMSEA* de 0,073. Por tanto, el análisis confirmatorio muestra un buen ajuste, siendo adecuado un modelo bifactorial. Los estadísticos *t* de cada ítem indican que cada uno de los pesos factoriales es significativo.

Al aplicar los estadísticos de fiabilidad a la escala “Ajuste flexible de metas”, se obtuvo un Alfa de Cronbach de 0,824; mientras que los del Factor 2, la escala “Persecución tenaz de metas”, son de 0,805, indicando una buena fiabilidad según el criterio de George y Mallery (2003). Los estadísticos descriptivos de las dos escalas (tabla 2), se realizaron incluyendo sólo los 20 ítems que con un peso factorial superior a ,30.

**Tabla 1**

Pesos factoriales en análisis factorial exploratorio (AFE) y análisis factorial confirmatorio (AFC) de la escala “Ajuste flexible de metas (factor 1) y Persecución tenaz de metas” (factor 2)

ITEMS	AFE		AFC	
	Factor		Factor	
	1	2	1	2
1. *Cuando me quedo atascado en algo, me resulta muy difícil encontrar otra manera de enfocar el problema	,301		,51	
2. Cuanto más difícil es conseguir un objetivo, más me atrae.		,456		,55
3. Cuando me propongo un objetivo, puedo ser muy testarudo/cabezota.		,425		,54
4. Me resulta fácil ver el lado positivo, incluso cuando se presenta un serio contratiempo.	,789		,78	
5. Cuando me enfrento con obstáculos, suelo esforzarme más.		,516		,55
7. Incluso cuando la situación parece desesperada, sigo luchando para alcanzar mis objetivos.		,437		,61
8. Cuando parece que todo va mal, normalmente puedo encontrar el lado bueno de las cosas.	,824		,86	
9. *Tiendo a perder interés en las cosas si veo que no puedo seguir el ritmo de los demás.		,537		,67
10. *Me resulta fácil abandonar un objetivo si parece difícil de conseguir.		,534		,72
11. *Cuando me encuentro con obstáculos que no se pueden superar, prefiero buscar un nuevo objetivo.		,482		,65
13. *Me creo muchos problemas a mí mismo por ser muy exigente.	,314		,30	
14. *Cuando me he esforzado mucho por resolver un problema y no lo consigo, me resulta fácil dejarlo sin resolver.		,410		,36
15. En general no me dura mucho el disgusto cuando pierdo una oportunidad.	,319		,45	
16. Me adapto muy fácilmente a los cambios de planes o circunstancias.	,547		,53	
17. Normalmente encuentro el lado positivo, incluso cuando tengo que renunciar a algo que me importa.	,780		,84	
20. *Si veo que no puedo alcanzar un objetivo, prefiero cambiarlo a seguir luchando.		,455		,71
24. Ante una decepción, suelo recordarme que en la vida hay otras cosas igual de importantes.	,412		,47	
25. Creo que en la vida, incluso los problemas tienen su lado bueno.	,436		,59	
28. Me aferro a mis objetivos y proyectos incluso ante grandes dificultades.		,322		,71
29. Cuando tengo graves problemas, inmediatamente trato de averiguar cómo sacar partido de la situación.	,441		,51	

Nota: Ítems con saturación superior a ,30

Nota: \*Ítems con puntuación inversa

Se continuó con el examen de las posibles correlaciones existentes entre las dos escalas que conforman el instrumento analizado mediante correlación de Pearson entre la escala de “Ajuste flexible de las metas” y la de “Persecución tenaz de las metas”, resultando una correlación baja de ,174. Respecto a la fiabilidad test-retest, en la escala “Ajuste flexible de las metas” se halló una correlación de 0,801; mientras que “Persecución tenaz de las metas” arrojó unos resultados de 0,756. A partir del criterio de George y Mallery (2003), la primera escala presentaría una correlación buena, siendo aceptable la presentada por la segunda escala.

**Tabla 2**

Media (M), desviación típica (DT) y correlación elemento-total corregida de la escala “Ajuste flexible de metas y Persecución tenaz de metas”

ITEMS	M	DT	Correlación elemento- total corregida
<b>Factor 1. Ajuste flexible de metas</b>			
1. *Cuando me quedo atascado en algo, me resulta muy difícil encontrar otra manera de enfocar el problema.	3,23	1,078	,378
4. Me resulta fácil ver el lado positivo, incluso cuando se presenta un serio contratiempo.	3,38	1,186	,597
8. Cuando parece que todo va mal, normalmente puedo encontrar el lado bueno de las cosas.	3,52	1,077	,723
13. *Me creo muchos problemas a mí mismo por ser muy exigente.	2,62	1,175	,334
15. En general no me dura mucho el disgusto cuando pierdo una oportunidad.	2,49	1,114	,347
16. Me adapto muy fácilmente a los cambios de planes o circunstancias.	3,40	1,061	,549
17. Normalmente encuentro el lado positivo, incluso cuando tengo que renunciar a algo que me importa.	3,18	1,170	,727
24. Ante una decepción, suelo recordarme que en la vida hay otras cosas igual de importantes.	3,81	1,017	,507
25. Creo que en la vida, incluso los problemas tienen su lado bueno.	3,98	,922	,511
29. Cuando tengo graves problemas, inmediatamente trato de averiguar cómo sacar partido de la situación.	3,64	,905	,453
<b>Factor 2. Persecución tenaz de metas</b>			
2. Cuanto más difícil es conseguir un objetivo, más me atrae.	3,48	,994	,427
3. Cuando me propongo un objetivo, puedo ser muy testarudo/cabezota.	4,20	,789	,472
5. Cuando me enfrento con obstáculos, suelo esforzarme más.	3,82	,835	,517
7. Incluso cuando la situación parece desesperada, sigo luchando para alcanzar mis objetivos.	3,72	,834	,551
9. *Tiendo a perder interés en las cosas si veo que no puedo seguir el ritmo de los demás.	3,40	1,083	,476
10. *Me resulta fácil abandonar un objetivo si parece difícil de conseguir.	3,79	,897	,495
11. *Cuando me encuentro con obstáculos que no se pueden superar, prefiero buscar un nuevo objetivo.	3,26	,4952	,568
14. *Cuando me he esforzado mucho por resolver un problema y no lo consigo, me resulta fácil dejarlo sin resolver.	3,75	1,024	,301
20. *Si veo que no puedo alcanzar un objetivo, prefiero cambiarlo a seguir luchando.	3,66	,837	,541
28. Me aferro a mis objetivos y proyectos incluso ante grandes dificultades.	3,74	,818	,535

Nota: \*Ítems con puntuación inversa

En cuanto a la validez de criterio, la escala “Ajuste flexible de las metas” arroja correlaciones positivas moderadas con todas las escalas a excepción de la escala perteneciente al instrumento “PANAS”, “Afecto negativo” (correlación negativa moderada) y “Autoaceptación” de la “Escalas de bienestar” (correlación positiva alta), no encontrándose correlaciones significativas entre “Persecución tenaz de metas” y las demás escalas (tabla 6). Los estadísticos descriptivos de todas las escalas se incluyen en la tabla 5.

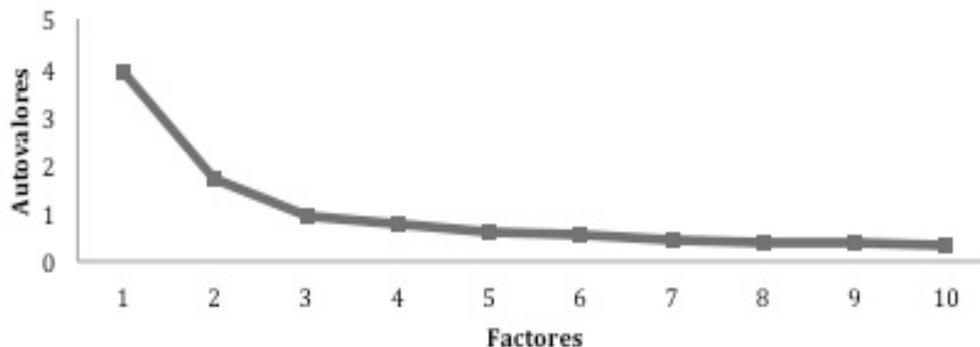
### **Instrumento Desvinculación y Compromiso con otras Metas (Wrosch et al., 2003)**

El determinante de la matriz de correlaciones (0,33), el índice *KMO* (,857) y la prueba de esfericidad de Bartlett (1071,871 y  $p < 0,001$ ) indicaron que era adecuada la realización del análisis factorial. Una vez realizado el análisis factorial exploratorio con el método de máxima verosimilitud, se seleccionaron mediante la regla de Kaiser dos factores, que, en su conjunto, explicaban el 56,157% de la varianza, teniendo el primer factor un valor propio de 3,897 y el segundo un valor propio de 1,718.

El *scree plot* (figura 2) apoyó la selección de dos factores.

**Figura 2**

Scree plot de la “Escala de Desvinculación y Compromiso con las Metas”



El Factor 1 está compuesto por los ítems 2, 4, 6, 7, 9 y 10, correspondientes a la escala “Compromiso con otras metas”; se descartó el ítem 7 puesto que dicha eliminación llevaba consigo un aumento considerable de la fiabilidad. Por su parte, los ítems 1, 3, 5 y 8 presentaban un peso factorial adecuado en el Factor 2. Estos ítems constituyen la segunda escala, “Desvinculación de metas”. Los pesos factoriales de las dos escalas que componen el instrumento se muestran en la tabla 3.

**Tabla 3**

Pesos factoriales en análisis factorial exploratorio (AFE) y análisis factorial confirmatorio (AFC) de la escala “Desvinculación de Metas (factor 2) y Compromiso con otras Metas (factor 1)”

ITEMS	AFE		AFC	
	Factor 1	Factor 2	Factor 1	Factor 2
1. Me resulta fácil esforzarme menos para alcanzar el objetivo		,424		,51
2. Busco otros objetivos importantes	,744		,63	
3. *Sigo comprometido con el objetivo durante mucho tiempo. No puedo abandonarlo.		,723		,77
4. Empiezo a trabajar en nuevos objetivos	,817		,81	
5. Me resulta fácil dejar de pensar en el objetivo y abandonarlo		,525		,73
6. Me planteo nuevos objetivos	,795		,83	
7. Me auto convengo de que tengo otros objetivos importantes que alcanzar	,357		,58	
8. *Me resulta difícil dejar de intentar conseguir el objetivo		,723		,74
9. Me digo a mi mismo que tengo nuevos objetivos a los que dedicarme	,591		,61	
10. Me esfuerzo en conseguir otros objetivos im-portantes	,762		,73	

Nota: Ítems con saturación superior a ,30

Nota: \*Ítems con puntuación inversa

Al realizar el análisis confirmatorio, tras la eliminación del ítem 7, los índices de bondad de ajuste fueron de 1,923 para el de Satorra-Bentler dividido por grados de libertad; *NNFI* de 0,98; *CFI* de 0,98; y *RMSEA* de 0,053. Los estadísticos *t* de cada ítem indican que los pesos factoriales son significativos.

**Tabla 4**

Media (M), desviación típica (DT), correlación elemento-total corregida y pesos factoriales de las escalas “Desvinculación de Metas” y “Compromiso con otras Metas”

ITEMS	M	DT	Correlación elemento- total corregida
<b>Factor 1. Compromiso con otras metas</b>			
2. Busco otros objetivos importantes	3,68	,908	,617
4. Empiezo a trabajar en nuevos objetivos	3,50	,828	,666
6. Me planteo nuevos objetivos	3,62	,785	,650
7. Me auto convengo de que tengo otros objetivos importantes que alcanzar	3,60	1,948	,378
9. Me digo a mi mismo que tengo nuevos objetivos a los que dedicarme	3,49	,903	,603
10. Me esfuerzo en conseguir otros objetivos im-portantes	3,64	,846	,663
<b>Factor 2. Desvinculación de metas</b>			
1. Me resulta fácil esforzarme menos para alcanzar el objetivo	2,71	,880	,371
3. *Sigo comprometido con el objetivo durante mucho tiempo. No puedo abandonarlo.	2,66	,902	,576
5. Me resulta fácil dejar de pensar en el objetivo y abandonarlo	2,27	1,010	,426
8. *Me resulta difícil dejar de intentar conseguir el objetivo	2,66	,909	,549

Nota: \*Ítems con puntuación inversa

En el cálculo de los estadísticos descriptivos de los elementos que componen el Factor 1, para la escala “Compromiso con otras metas” el coeficiente de Alfa de Cronbach tras eliminar el ítem 7 fue de 0,867.

Para la escala “Desvinculación de metas”, el coeficiente de Alfa de Cronbach fue de 0,693. Los datos de los estadísticos descriptivos de los ítems se recogen en la tabla 4.

**Tabla 5**

Media (M), desviación típica (DT) y rango de las escalas de "Ajuste flexible de metas y Persecución tenaz de metas", "Desvinculación de Metas y Compromiso con otras Metas", "PANAS" y "Escalas de bienestar"

Escalas	M	DT	Rango
Ajuste flexible de metas	32,72	5,17	17-46
Persecución tenaz de metas	32,00	3,07	17-24
Desvinculación de metas	8,66	2,54	4-16
Compromiso con otras metas	17,61	3,18	9-25
Afecto positivo	32,51	7,01	12-49
Afecto negativo	21,58	6,34	10-44
Autoaceptación	17,41	3,96	4-24
Relaciones positivas	24,37	4,97	7-30
Autonomía	25,53	5,73	6-36
Dominio del entorno	21,96	3,98	10-30
Crecimiento personal	20,34	3,12	9-24
Propósito en la vida	22,41	4,89	7-30

Siguiendo el criterio de George y Mallery (2003), el coeficiente de Alfa de Cronbach de la primera escala, "Compromiso con otras metas", es bueno; mientras que el de la segunda escala, "Desvinculación de metas", 0,693, se hallaría entre 0,6 (cuestionable) y 0,7 (aceptable).

Los resultados obtenidos mediante correlación de Pearson entre ambas escalas, reflejaron una correlación baja de 0,301. En cuanto a la fiabilidad test-retest, la escala "Compromiso con otras metas", presentó una correlación de 0,591, mientras que la correlación de "Desvinculación de metas" fue de 0,710, lo que representa, respectivamente, una fiabilidad pobre y aceptable (George y Mallery, 2003).

**Tabla 6**

Correlaciones entre escalas "Desvinculación de Metas y Compromiso con otras Metas", "Ajuste flexible de metas" y "Persecución tenaz de metas" y medidas de afecto positivo y negativo y bienestar

Escalas	Compromiso con otras metas	Desvinculación de metas	Ajuste flexible de las metas	Persecución tenaz de las metas
Afecto Positivo	,328**	-,365**	,487**	,048
Afecto negativo	-,147*	,014	-,342**	-,045
Autoaceptación	,301**	-,179	,510**	,152*
Relaciones positivas	,160*	,013	,302**	,058
Autonomía	,184*	-,152	,359**	,006
Domino del entorno	,210**	-,247*	,448**	,030
Crecimiento personal	,274**	-,287**	,422**	,107
Propósito en la vida	,288**	-,349**	,424**	,126

Nota: \*p<0,05

Utilizando la correlación de Pearson se examinaron las correlaciones existentes entre los 4 escalas que componen "Persecución Tenaz de Metas y Ajuste Flexible de Metas" y "Desvinculación de Metas y Compromiso con otras Metas". Se encontró una correlación baja entre "Ajuste flexible de las metas" y las escalas "Compromiso con otras metas" (,174) y "Desvinculación de metas" (,119). Se halló también una correlación negativa moderada entre las escalas de "Persecución tenaz de las metas" y "Desvinculación de metas", de -,492 (Cohen, 1988).

Respecto a la validez de criterio, la escala "Compromiso con otras metas" presenta correlaciones positivas moderadas con "Afecto positivo" ("PANAS") y "Autoaceptación" ("Escalas de bienestar"), mientras que la escala "Desvinculación de metas" correlaciona negativamente de forma moderada con "Afecto positivo" y "Propósito en la vida" ("PANAS" y "Escalas de bienestar", respectivamente). Los estadísticos descriptivos de todas las escalas se incluyen en la tabla 5, mientras que las correlaciones entre las escalas se pueden ver en la tabla 6.

## Discusión

La estructura interna del instrumento "Persecución Tenaz de Metas y Ajuste Flexible de Metas" (Brandtstädter y Renner, 1990) mostró un número de factores a seleccionar similar al instrumento original. Sin embargo, el número de ítems que componen los dos factores no es similar a los originales, siendo diez de los ítems eliminados al no presentar un peso factorial suficiente. Dichos ítems tienen un contenido heterogéneo, si bien un análisis de su contenido reveló su asociación con diferentes constructos,

como el miedo a la frustración (“ Para evitar decepciones, no me marco objetivos demasiado altos”; “La vida es mucho más agradable cuando no espero demasiado de ella”), evitación (“Evito afrontar problemas para los que no tengo una solución”; “Ante un problema grave, a veces, simplemente no le presto atención”) o el perfeccionismo (“Nunca estoy realmente satisfecho hasta que las cosas salen exactamente como yo quiero”). Los ítems que permanecen en las escalas aluden, en el caso de la “Tenacious Goal Pursuit” claramente a la persistencia; en la escala “Flexible Goal Adjustment” se refieren sobre todo a una re-evaluación cognitiva, por lo general, positiva, de la nueva situación.

La diferencia estructural entre nuestro estudio y el instrumento original se halla en consonancia con los resultados obtenidos por Henselmans et al. (2011) o Mueller y Kim (2004), cuyos resultados no concuerdan con la estructura factorial original. Por su parte, Bailly et al. (2012) en su validación de las escalas al francés, sólo encuentran una estructura de dos factores al eliminar 5 ítems en cada una de las escalas, 10 ítems en total, al igual que los resultados hallados en este trabajo. Por todo ello, Haratsis, Creed y Hood (2015) concluyen que, con el objetivo de medir adecuadamente tanto la flexibilidad como la tenacidad, es necesario el desarrollo de una nueva escala.

Los resultados del coeficiente de Alfa de Cronbach muestran en ambas escalas una fiabilidad buena, superando el 0,8, siguiendo el criterio de George y Mallery (2003). Según este criterio, la fiabilidad test-retest medida mediante correlación de Pearson es buena en la escala “Ajuste flexible de metas” y aceptable en “Persecución tenaz de las metas”.

La correlación entre ambas escalas, medida también mediante correlación de Pearson, era baja, como ya señalaban los autores (Brandtstädter y Renner, 1990), que indicaban la independencia de las dos escalas que componían el instrumento. Los resultados son por tanto similares a los originales. Los modos asimilativo y acomodativo son procesos complementarios aunque independientes, que buscan un equilibrio entre la persecución férrea de una meta y la flexibilidad de la misma acomodándose a las circunstancias (Brandtstädter y Rothermund, 2002).

Bailly, Joulain, Hervé y Alaphilippe (2012) señalan que, a pesar de las bajas correlaciones halladas entre ambas escalas, sus resultados indican que la flexibilidad y la tenacidad respecto a las metas están relacionadas, siendo los individuos tenaces también flexibles, aunque no se aprecia una acción combinada de los dos modos. Ambos modos tienen efectos positivos en el estado de ánimo depresivo pero parecen actuar de manera independiente y son adaptativos en una población mayor de 65 años, esenciales para mantener un bienestar suficiente. Slangen-De Kort, Midden, Aarts y van Wagenberg (2001) concluyen, de acuerdo con Bailly et al. (2012) que la elección de uno u otro proceso no es completamente dependiente de la personalidad, sino que se escogerá el modo más adecuado dependiendo del tipo de situación presentada, debiendo ser entendidas la flexibilidad y la tenacidad como modo de afrontamiento en vez de como características de personalidad. Mientras que los estudios citados muestran la relevancia de la tenacidad respecto a medidas de bienestar subjetivo, en este estudio no se ha hallado relación entre la tenacidad y el bienestar o afecto, tanto positivo como negativo. Sin embargo, y de acuerdo con los resultados de Brandtstädter (2009), que señalaba que es el modo acomodativo el más protector frente al impacto emocional negativo de pérdidas asociadas con la edad, la escala “Ajuste flexible de Metas” sí se asocia con un mayor afecto positivo y con un menor afecto negativo, indicando un mejor ajuste del individuo. Las correlaciones positivas moderadas y altas que se han hallado con otras escalas de bienestar subjetivo indican que el ajuste flexible de metas se asocia con la creación o mantenimiento de relaciones interpersonales, la autonomía que experimente la persona, el dominio del entorno que perciba, el crecimiento personal, el propósito vital y, sobretodo, en la autoaceptación. La diferencia entre nuestros resultados respecto a la tenacidad y otros estudios previos quizás sea debida a la diferencia de muestras, siendo la muestra de dichos estudios habitualmente de edad avanzada y/o clínica.

La estructura interna hallada en la escala de Desvinculación de Metas y Compromiso con Otras Metas (Wrosch et al., 2003) es similar a la del instrumento original, mostrando una estructura bifactorial en la que ambos factores se componen del mismo número de ítems que en el instrumento original, aunque en este estudio hayamos decidido eliminar uno de los ítems por suponer un incremento de la fiabilidad. Los resultados del Alfa de Cronbach reflejan una fiabilidad buena para la escala “Compromiso con otras metas” y cuestionable para la escala “Desvinculación de metas”. La fiabilidad test-retest, medida mediante correlación de Pearson, fue, según el criterio establecido por George y Mallery (2003), aceptable en la escala “Desvinculación de metas” y pobre en la escala “Compromiso con otras metas”. Se puede pensar que la fiabilidad, menor que lo esperado, de la escala “Compromiso con otras metas” pueda ser debido a que la frase que precede a todos los ítems, “Si tengo que dejar un objetivo importante en mi vida...” cree un sesgo por el que no se mida en realidad el compromiso con otras metas, sino solamente el compromiso tras el abandono forzoso de otra meta, dando a la medida un carácter

situacional en vez de general, lo que quizás explicaría la menor consistencia temporal intrasujeto. Sin embargo, los resultados son consistentes con los de Mens, Wrosch y Scheier (2014), quienes indicaban que las dos escalas mostraban una fiabilidad test-retest alrededor de ,60 con un intervalo entre las administraciones de 3 meses. Nuestros resultados son de 0,591 en la escala “Compromiso con otras metas” y 0,710 en la escala “Desvinculación de metas”, con un intervalo de un mes.

Por otra parte, la correlación entre las escalas que componen el instrumento es moderada o baja, como ya apuntaban sus autores (Wrosch et al., 2003). Mens, Wrosch y Scheier (2014) señalan que esto indica que son dimensiones independientes entre las que se puede dar una interacción, no dimensiones opuestas. Así, un individuo puede tener la misma capacidad de desvinculación que de compromiso con nuevas metas, o capacidades diferentes en las dos dimensiones. La capacidad de desvinculación se asocia con un menor malestar emocional y menos problemas de salud, aunque no se halla relación significativa con el bienestar subjetivo, al contrario que el compromiso con nuevas metas, que refleja una asociación fuerte con el bienestar subjetivo y apenas tiene relación con las medidas de salud física (Mens, Wrosch y Scheier, 2014).

Jobin y Wrosch (2016) en un estudio longitudinal con una duración de 6 años en el que relacionaban la desvinculación de las metas con las medidas subjetivas de un resfriado común, afirman que la desvinculación de metas tiene más efectos protectores en el bienestar general, y que esta asociación entre la desvinculación y los síntomas del resfriado estaba mediada por una reducción de los síntomas depresivos. Concluyen que la capacidad de abandonar una meta o reducir los esfuerzos para conseguirla es especialmente importante en la gravedad de las enfermedades experimentadas a medida que se avanza en edad, siendo esta gravedad menor. Por ello, será cada vez de más utilidad esta estrategia, mientras que al principio de la tercera edad, que el individuo todavía tiene menos estresores y más energía para enfrentarse a ellos, no será tan necesaria.

Los resultados de este estudio, a diferencia de los expuestos por Jobin y Wrosch (2016), indican que la desvinculación se asocia con una disminución del afecto positivo, sin relacionarse con el afecto negativo; además de con una disminución en el dominio del entorno percibido, el crecimiento personal y el propósito vital de la persona. Sin embargo, la capacidad de comprometerse con nuevas metas sí indica un aumento del afecto positivo, además de la autoaceptación. Es llamativo el hecho de que ninguna de las escalas parece asociarse con la disminución o el aumento del afecto negativo. Como se indicaba anteriormente, esto quizás sea debido al tipo de muestra, que, en su mayoría, son personas jóvenes y por lo tanto menos proclives a enfermedad, buscando los estudios previos normalmente relaciones entre estas escalas de motivación y estresores como el envejecimiento o la enfermedad. En población joven, la desvinculación forzosa de una meta parece provocar un sentimiento de inseguridad y fracaso. De acuerdo con Arends et al. (2013), parece que es el compromiso con una nueva meta lo que es beneficioso en cualquier caso.

Respecto a las correlaciones entre las escalas de los instrumentos, se halló una correlación muy baja entre “Ajuste flexible de metas” y “Compromiso con otras metas” y una correlación negativa moderada entre “Persecución tenaz de metas” y “Desvinculación de metas”, como era de esperar al ser imposible realizar a la vez los procesos de perseguir una meta de manera férrea y desvincularse de la misma. Arends, Bode, Taal y Van de Laar (2013) propusieron que la desvinculación de metas era un aspecto más del ajuste flexible a la misma. Desde esta perspectiva cabría esperar una mayor correlación entre dichas escalas, resultados que no se obtienen. Puede ser debido a una incorrecta definición de las metas de las que el individuo debe desvincularse, ya que los autores de este estudio incluyen metas difíciles, mientras que Wrosch et al. (2003) hablaban de metas inalcanzables, midiéndose por tanto aspectos diferentes. Según los resultados obtenidos en este estudio, la desvinculación de las metas inaccesibles no sería parte del ajuste flexible a las mismas, siguiendo el modelo original tanto de Wrosch et al. (2003) como de Brandtstädter y Renner (1990).

Las teorías “Modelo de Procesos Duales” (Brandtstädter y Renner, 1990) y “Modelo de Ajuste a la Meta” (Wrosch et al., 2003) cuentan con un amplio respaldo en la comunidad científica, con numerosos estudios que avalan su relación con el bienestar personal psíquico o físico. Los instrumentos analizados y adaptados al castellano presentan unas propiedades psicométricas similares a las originales, aunque en el caso de la *Tenacious Goal Pursuit* y *Flexible Goal Adjustment* quizás se podrían mejorar estas propiedades mediante el desarrollo de un nuevo instrumento a partir de la eliminación de los ítems cuya saturación no era suficiente. Sin embargo, al estar la muestra de este trabajo compuesta únicamente por universitarios, se debe estudiar si los resultados son extrapolables a la población general. Además, se debe continuar la investigación estudiando la relación entre las escalas y medidas de bienestar físico.

## Referencias

1. Arends, R. Y., Bode, C., Taal, E., & Van de Laar, M. A. (2013). The role of goal management for successful adaptation to arthritis. *Patient education and counseling*, 93, 130-138. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2013.04.022>
2. Arends, R. Y., Bode, C., Taal, E., & Van de Laar, M. A. (2015). Exploring preferences for domain-specific goal management in patients with polyarthritis: what to do when an important goal becomes threatened? *Rheumatology international*, 35, 1895-1907. <https://doi.org/10.1007/s00296-015-3336-8>
3. Bailly, N., Hervé, C., Joulain, M., & Alaphilippe, D. (2012). Validation of the French version of Brandtstädter and Renner's tenacious goal pursuit (TGP) and flexible goal adjustment (FGA) scales. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*, 62, 29-35. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2011.09.005>
4. Bailly, N., Joulain, M., Hervé, C., & Alaphilippe, D. (2012). Coping with negative life events in old age: The role of tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment. *Aging & Mental Health*, 16, 431-437. <https://doi.org/10.1080/13607863.2011.630374>
5. Bentler, P.M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107, 238-246. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.2.238>
6. Bentler, P.M. (2006). *EQS6 Structural Equations Program Manual*. Encino, CA: Multivariate Software, Inc.
7. Bentler, P.M., & Bonnet, D.G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88, 588-606. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.88.3.588>
8. Brandtstädter, J. (2009). Goal pursuit and goal adjustment: Self-regulation and intentional self-development in changing developmental contexts. *Advances in Life Course Research*, 14, 52-62. <https://doi.org/10.1016/j.alcr.2009.03.002>
9. Brandtstädter, J., & Renner, G. (1990). Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment: explication and age-related analysis of assimilative and accommodative strategies of coping. *Psychology and aging*, 5, 58-67. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.5.1.58>
10. Brandtstädter, J., & Rothermund, K. (2002). The life-course dynamics of goal pursuit and goal adjustment: A two-process framework. *Developmental Review*, 22, 117-150. <https://doi.org/10.1006/drev.2001.0539>
11. Brandtstädter, J., Rothermund, K., Kranz, D., & Kühn, W. (2010). Final decenterations. *European Psychologist*, 15, 152-163. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000019>
12. Cattell, R.B. (1966). The scree test for the number of factors. *Multivariate Behavioural Research*, 1, 245-276. [https://doi.org/10.1207/s15327906mbr0102\\_10](https://doi.org/10.1207/s15327906mbr0102_10)
13. Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for The Behavioural Sciences*. 2<sup>nd</sup> ed. Hillsdale: Erlbaum.
14. 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, 572-577.
15. Field, A. (2005). *Discovering statistics using SPSS for windows*. Londres: Sage.
16. George, D., & Mallery, P. (2003). *Using SPSS for Windows step by step: a simple guide and reference*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
17. Hanssen, M. M., Vancleef, L. M. G., Vlaeyen, J. W. S., Hayes, A. F., Schouten, E. G. W., & Peters, M. L. (2014). Optimism, Motivational Coping and Well-being: Evidence Supporting the Importance of Flexible Goal Adjustment. *Journal of Happiness Studies*, 16, 1525-1537. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9572-x>
18. Haratsis, J. M., Creed, P. A., & Hood, M. (2015). Measuring assimilative and accommodative resources in young adults: Development and initial validation of suitable scales. *Personality and Individual Differences*, 81, 61-66. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.12.011>
19. Henselmans, I., Fleer, J., van Sonderen, E., Smink, A., Sanderman, R., & Ranchor, A. V. (2011). The tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment scales: a validation study. *Psychology and aging*, 26, 174-180. <https://doi.org/10.1037/a0021536>
20. Hu, L., & Bentler, P.M. (1998). Fit indices in covariance structure modelling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods*, 3, 424-453. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.3.4.424>
21. Hu, L., & Bentler, P.M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: a multidisciplinary journal*, 6, 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>

22. Joiner Jr, T. E., Sandin, B., Chorot, P., Lostao, L., & Marquina, G. (1997). Development and factor analytic validation of the SPANAS among women in Spain: (More) cross-cultural convergence in the structure of mood. *Journal of Personality Assessment*, 68, 600-615. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6803\\_8](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6803_8)
23. Kaiser, H. F. (1958). The varimax criterion for analytic rotation in factor analysis. *Psychometrika*, 23, 187-200. <https://doi.org/10.1007/bf02289233>
24. Kaiser, H.F. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika*, 39, 31-36. <https://doi.org/10.1007/BF02291575>
25. Kline, R. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. 3<sup>rd</sup> ed. NY: Guilford Press.
26. Kraaij, V., van der Veek, S. M., Garnefski, N., Schroevers, M., Witlox, R., & Maes, S. (2008). Coping, goal adjustment, and psychological well-being in HIV-infected men who have sex with men. *AIDS patient care and STDs*, 22, 395-402. <https://doi.org/10.1089/apc.2007.0145>
27. Kranz, D., Bollinger, A., & Nilges, P. (2010). Chronic pain acceptance and affective well-being: A coping perspective. *European Journal of Pain*, 14, 1021-1025. <https://doi.org/10.1016/j.ejpain.2010.03.010>
28. Mens, M. G., Wrosch, C., & Scheier, M. F. (2014). Goal Adjustment Theory. En Whitbourne S. K. (Ed.), *The Wiley-Blackwell Encyclopedia of Adult Development and Aging*. New York: Wiley-Blackwell.
29. Mueller, D. J., & Kim, K. (2004). The tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment scales: Examination of their validity. *Educational and Psychological Measurement*, 64, 120-142. <https://doi.org/10.1177/0013164403258456>
30. Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
31. Schmitz, U., Saile, H., & Nilges, P. (1996). Coping with chronic pain: flexible goal adjustment as an interactive buffer against pain-related distress. *Pain*, 67, 41-51. [https://doi.org/10.1016/0304-3959\(96\)03108-9](https://doi.org/10.1016/0304-3959(96)03108-9)
32. Slangen-De Kort, Y., Midden, C., Aarts, H., & van Wagenberg, A. (2001). Determinants of adaptive behaviour among older persons self-efficacy, importance and personal dispositions as directive mechanisms. *International of Aging and Human Development*, 53, 253-274. <https://doi.org/10.2190/V52N-Q5VN-C3KW-OLY9>
33. Sokal, R. R., & Rohlf, F. J. (1969). Bartlett's test of homogeneity of variances.. En WH Freeman and CO. *Biometry* (pp. 387-391). San Francisco: WH Freeman and CO.
34. Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>
35. Wrosch, C., Miller, G. E., Scheier, M. F., & De Pontet, S. B. (2007). Giving up on unattainable goals: Benefits for health? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 251-265. <https://doi.org/10.1177/0146167206294905>
36. Wrosch, C., Scheier, M.F., Miller, G.E., Schulz, R., & Carver, C.S. (2003). Adaptive Self-Regulation of Unattainable Goals: Goal Disengagement, Goal Reengagement, and Subjective Well Being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 1494-1508. <https://doi.org/10.1177/0146167203256921>
37. Wrosch, C., Schulz, R., & Heckhausen, J. (2004). Health Stresses and Depressive Symptomatology in the Elderly A Control-Process Approach. *Current Directions in Psychological Science*, 13, 17-20. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.01301005.x>

### Notas de autor

Este proyecto se ha financiado mediante las siguientes fuentes: Beca de Iniciación a la Investigación de la Universidad de Málaga, Ayuda del Ministerio Español de Ciencia e Innovación (PSI2013-42512- P), Ayuda de la Consejería de Innovación, Ciencia y Conocimiento de la Junta de Andalucía (HUM-566)

RECIBIDO: 18 de julio de 2016  
 MODIFICADO: 15 de febrero de 2017  
 ACEPTADO: 20 de marzo de 2017